



<http://www.avanutri.com.br> - Telefone: (021) 3435-8000 - Celular: (021) 3563-8002

Prescrição Nutricional

Paciente : PAULO MARTINS Data da Consulta : 02/12/2011
Nascimento : 09/09/1981 Sexo : MASCULINO Motivo da Consulta :

Cardápio: 1

Desjejum Horário : 07:00

Alimento	Medida Caseira	Quantidade
PÃO INTEGRAL LIGHT PLUS VITA PULLMAN	Fatia	1
OVO DE GALINHA INTEIRO	Unid. M	2
BECEL COM SAL (CREME VEGETAL)	Colher de chá	2
LEITE DESNATADO LONGA VIDA 1% DE GORDURA - PADRÃO	Copo Duplo	1
UVA THOMPSON NACIONAL BENASSI	Unid. M	4
ACEROLA	Unidade	2

Colação Horário : 10:00

Alimento	Medida Caseira	Quantidade
CLARA DE OVO DE GALINHA	Unid. M	8
LEITE DESNATADO LONGA VIDA 1% DE GORDURA - PADRÃO	Copo Duplo	1
CAFÉ SEM AÇÚCAR (INFUSÃO)	Xícara café	2
PÊRA	Unid. M	1

Almoço Horário : 13:20

Alimento	Medida Caseira	Quantidade
FILÉ DE FRANGO GRELHADO	Filé P	2
COUVE FLOR	Col. S. CH. Picada	8
TOMATE	Unid. P	1
PÊSSEGO NACIONAL BENASSI	Unid. P	1
CENOURA CRUA	Unid. P	1
FEIJÃO PRETO COZIDO SÓ CALDO	Concha P. Cheia	1
ARROZ INTEGRAL COZIDO	Col. S. Cheia	2

Lanche da Tarde Horário : 16:20

Alimento	Medida Caseira	Quantidade
FARELO DE AVEIA	Col. S. Cheia	4
LEITE EM PÓ DESNATADO - MOLICO NESTLÉ	Col. S. Cheia	4
BANANA	Unid. P	2

Jantar Horário : 19:20

Alimento	Medida Caseira	Quantidade
EXTRATO DE SOJA MÃE TERRA	Gramas	60
REFRESCO DE GUARANÁ LIGHT LEÃO GUARANÁ POWER	Copo D CH	1
LEITE EM PÓ DESNATADO - MOLICO NESTLÉ	Col. S. Cheia	4

Alimento	Medida Caseira	Quantidade
BROCOLIS FLORESTE D´AUCY	Col. S. CH. Picada	10
AZEITE PORTUGUÊS EXTRA VIRGEM ANDORINHA	Col. S. Cheia	4
ÓLEO DE GIRASSOL	Col. S. Cheia	2
FILÉ DE FRANGO GRELHADO	Filé P	2
OVO DE GALINHA INTEIRO	Unid. M	2