ASADOCORAL

Associação dos Amigos dos Doentes com Cancro Oral

Sugestões Alimentares

Estas sugestões alimentares são apresentadas no sentido de auxiliar os doentes que têm dificuldades de mastigação/deglutição a encontar uma escolha diária que não se torne repetitiva.

	Sugestões	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	Açorda																															
2	Alheira																															
3	Almondegas																															
4	Arroz à Valenciana																															
5	Atum c/ cebola picada																															
6	Atum c/ feijão frade e batata cozida																															
7	Atum-Salada russa																															
8	Bacalhau-à Brás																															
9	Bacalhau-à Gomes de Sá																															
10	Bacalhau-à Zé do Pipo																															
11	Bacalhau-arroz																															
12	Bacalhau-Bolinhos																															
13	Bacalhau-Pataniscas																															
14	Bife do Lombo																															
15	Camarão-Salada russa																															
16	Cenoura/Ervilhas/Abóbora																															
17	Coelho estufado																															
18	Costeleta de Vitela																															
19	Cozido à portuguesa																															
20	Croquetes																															
21	Empadão																															
22	Esparguete à Bolanhesa																															
23	Esparregado																															
24	Farinha de pau																															
25	Filetes de peixe																															
26	Frango																															
27	Fruta Cozida																															
28	Gelatina																															
29	Grão / Feijão																															
30	Hamburger																															
31	Iogurtes																															
32	Lasanha de carne / peixe																															
33	Leitão (s/ molho)																															
34	Migas																															
35	Omeleta																															
36	Ovos mexidos																															
37	Pato-arroz																															
38	Peixe																															
39	Perú																															
40	Pezinhos de coentrada																															
41	Pizza																															
42	Polvo-arroz																															
43	Puré de batata c/ vitela estufada																															
44	Puré de batata c/ peixe																															
45	Quiche																															
46	Requeijão / queijo fresco																															
47	Rissois																															
48	Rosbife																															
49	Sardinhas c/ batata cozida																															
50	Sopas passadas																															
51	Sumos e batidos																															
52	Tortilha																															
53	Tranches peixe c/ coentros																															
54	Tripas à moda do Porto																															
55	Vitela assada (da ilhada)																															