

Cardápio de refeições semanal

07 de Fevereiro a 11 de Fevereiro



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Rúcula/Tomate	Couve/Tomate/Cebola	Repolho/Cenoura	Acelga	Alface
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Feijão carioca	Feijão carioca	Feijoada	Feijão carioca	Feijão carioca
Strogonoff de carne	Hamburguer a pizzaiolo	Couve refogado	Frango no molho	Macarrão ao sugo
Batata palha	Batata frita	Farofa pronta	Purê de batata	Iscas de carne acebolada
Paçoca	Fruta da estação	Brigadeiro	Fruta da estação	Gelatina

Nutricionista: Ana Carolina de Oliveira Marques - CRN: 52117

Ana Carolina de Oliveira Marques
CRN 52117

"Quando a alimentação é ruim, a medicina não funciona; Quando a alimentação é boa, a medicina não é necessária"

Cardápio de refeições semanal

14 de Fevereiro a 18 de Fevereiro



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Repolho/Cenoura	Couve	Alface	Pepino/Tomate	Maionese
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
Panqueca de carne	Steak a parmegiana	Carne de panela	Peixe empanado	Macarrão alho e óleo
-	-	Torta de talos	Pirão de peixe	Almôndegas ao sugo
Doce de leite	Fruta da estação	Arroz doce	Fruta da estação	Gelatina

Nutricionista: Ana Carolina de Oliveira Marques - CRN: 52117

Ana Carolina de Oliveira Marques
CRN 52117

"Quando a alimentação é ruim, a medicina não funciona; Quando a alimentação é boa, a medicina não é necessária"

Cardápio de refeições semanal

21 de Fevereiro a 25 de Fevereiro



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Acelga	Rúcula	Couve refogado	Alface/Beterraba	Alface/Tomate
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
Quibe	Strogonoff de frango	Calabresa acebolada	Linguiça toscana acebolada	Lasanha a bolonhesa
Tabule	Batata palha	-	-	-
Brigadeiro	Fruta da estação	Pudim de chocolate	Fruta da estação	Bolo decorado

Nutricionista: Ana Carolina de Oliveira Marques - CRN: 52117

Ana Carolina de Oliveira Marques
CRN 52117

"Quando a alimentação é ruim, a medicina não funciona; Quando a alimentação é boa, a medicina não é necessária"

Cardápio de refeições semanal

28 de Fevereiro a 04 de Março



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Carnaval	Carnaval	Alface/Cenoura	Acelga/Tomate	Maionese
Carnaval	Carnaval	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Carnaval	Carnaval	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
Carnaval	Carnaval	Carne moída com legumes	Escondidinho de calabresa	Macarrão ao molho branco com brócolis e
Carnaval	Carnaval	-	-	Iscas de frango acebolado
Carnaval	Carnaval	Canjica	Fruta da estação	Gelatina

Nutricionista: Ana Carolina de Oliveira Marques - CRN: 52117

Ana Carolina de Oliveira Marques
CRN 52117

"Quando a alimentação é ruim, a medicina não funciona; Quando a alimentação é boa, a medicina não é necessária"

Cardápio de refeições semanal

07 de Março a 11 de Março



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Brócolis	Rúcula	Acelga	Alface/Tomate	Maionese
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
Sobrecoxa assada com batatas	Carne de panela	Filé de frango	Iscas de carne acebolada	Macarrão ao sugo
-	Quiche de abobrinha	Creme de milho	Batata frita	Molho a bolonhesa
Doce de abóbora	Fruta da estação	Manjar	Fruta da estação	Gelatina

Nutricionista: Ana Carolina de Oliveira Marques - CRN: 52117

Ana Carolina de Oliveira Marques
CRN 52117

"Quando a alimentação é ruim, a medicina não funciona; Quando a alimentação é boa, a medicina não é necessária"