

Cardápio de refeições semanal

06 de Junho à 10 de Junho



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Repolho/Tomate	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
Omelete ao forno com legumes	Lombo assado	Frango xadrez	Strogonoff de carne	Macarrão ao sugo
-	-	-	Batata palha	Frango em tiras empanado
Morangote	Fruta da estação	Mousse de chocolate	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

13 de Junho à 17 de Junho



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Repolho/Tomate	Rúcula	Acelga	Alface/Tomate	Couve/Cebola
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Feijão carioca	Feijão carioca	Feijoada	Feijão carioca	Feijão carioca
Carne de panela	Peixe	Couve refogado	Sobrecoxa assada com batata	Panqueca de carne
Quiche de abobrinha	Purê de batata	Farofa pronta	-	-
Dan top	Fruta da estação	Manjar de coco	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

20 de Junho à 24 de Junho



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Quando a alimentação é ruim, a medicina não	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
Carne de panela	Strogonoff de frango	Escondidinho de carne	Filé de frango	Lasanha a bolonhesa
Torta de talos	Batata palha	Batata frita	Creme de milho	-
Paçoca	Fruta da estação	Mousse de limão	Fruta da estação	Bolo recheado (chocolate com prestígio)

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

27 de Junho à 01 de Julho



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Repolho/Cenoura	Tomate/Pepino	Couve	Acelga/Tomate	Alface
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
Hamburguer à pizzaiolo	Fricassê de frango	Vaca atolada	Linguiça toscana	Macarrão alho e óleo
Batata frita	-	-	Purê de batata	Almôndega ao sugo
Brigadeiro	Fruta da estação	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"