

Cardápio de refeições semanal

06 de Dezembro à 12 de Dezembro de 2021



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Repolho	Rúcula/Tomate	Alface	Acelga	Agrião/Cenoura
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
Escondidinho de carne	Filé de frango a parmegiana	Steak	Panqueca de calabresa	Macarrão ao molho branco com brócolis e bacon
-	-	Batata frita	-	Iscas de frango acebolada
Morangote	Fruta	Canjica	Fruta	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 Dezembro à 17 de Dezembro de 2021



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Alface	Rúcula/Tomate	Repolho	Acelga	Maionese
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
Carne de panela	Frango no molho	Strogonoff de carne	Panqueca de frango	Macarrão alho e óleo
Torta de talos (espinafre)	-	Batata palha	-	Carne moída ao sugo
Doce de leite	Fruta	Pudim de baunilha	Fruta	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 Dezembro à 24 de Dezembro de 2021



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Alface	Pepino/Tomate	Vinagrete	Repolho/Cenoura	Feriado
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Feriado
Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feriado
Picadinho de cenoura e batata	Cubinhos de frango acebolado	Feijoada	Steak de frango	Feriado
-	-	Couve refogada	-	Feriado
Doce de abóbora	Fruta	Mousse de maracujá	Gelatina	Feriado

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 Dezembro à 31 de Dezembro de 2021



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Alface	Pepino/Tomate	Rúcula	Agrião/Beterraba	Feriado
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Feriado
Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feriado
Sobrecoxa assada com batata	Quibe	Carne de panela	Panqueca de frango	Feriado
-	Tabule	Couve-flor gratinada	-	Feriado
Paçoca	Fruta	Arroz doce	Bolo de aniversário (abacaxi com cocô)	Feriado

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"