

## CARDÁPIO SEMANAL DE ABRIL

TERCEIRA SEMANA

ALMOÇO	<b>SEGUNDA</b>	FILE MIGNON COM CROSTA DE GERGELIM SPAGHETTI DE CENOURA ARROZ INTEGRAL COM TRIGO SARRACENO SALADA DE AGRIÃO, TOMATE E COUVE-FLOR CREME DE FRUTAS SECAS COM GRANOLA DIET	ALMOÇO	<b>TERÇA</b>	FRANGO AO CREME DE MILHO SOUFLÊ ROLL DE ABÓBRINHA ARROZ INTEGRAL SALADA DE RÚCULA, CENOURA CRUA E VAGEM TAPIOCA LIGHT COM COMPOTA DE ABACAXI	ALMOÇO	<b>QUARTA</b>	BRACCIOLA AO MOLHO ROSÉ COM ERVILHAS COUVE-FLOR EMPANADA AO FORNO ARROZ INTEGRAL Á GREGA SALADA DE ALFACE, BETERRABA CRUA E CHUCHU ARROZ DOCE INTEGRAL COM CASTANHAS DIET
JANTAR		BATATA ROSTI COM CREME DE QUEIJO SALADA MIX DE FOLHAS	JANTAR		TORTA CREMOSA LIGHT DE MANDIOCA E CARNE SUCO DE TANGERINA	JANTAR		LASANHA DE SOJA, CENOURA E QUEIJO MINAS SALADA TABULE
ALMOÇO	<b>QUINTA</b>	QUIBE DE FRANGO ASSADO TOMATE RECHEADO COM HOMUS ARROZ INTEGRAL ÁRABE SALADA ESCAROLA, REPOLHO E RABANETE MALABIE DE DAMASCO DIET	ALMOÇO	<b>SEXTA</b>	CARNE Á MODA MEXICANA REFOGADO DE ESCAROLA E OVO ARROZ INTEGRAL COM CENOURA SALADA DE ACELGA, PEPINO E BETERRABA COZIDA. GELATINA DE MORANGO COM CREME DE COCO DIET	ALMOÇO	<b>SABADO</b>	MINI HAMBURGUER DE PEIXE ASSADO GRATINADO DE CHUCHU ARROZ INTEGRAL COM MILHO SALADA ALFACE ROXA, MOYASHI E BRÓCOLIS MOUSSE DE CHOCOLATE DIET
JANTAR		TILÁPIA À PORTUGUESA QUADRADINHOS DE BATATA DOCE	JANTAR		PETIT IQUICHE DE QUINUA PEITO PERU E TOMATE SALADA DE FRUTAS	JANTAR		TIRAS DE CARNE AO MOLHO SHITAKE BOLINHO DE ARROZ INTEGRAL COM ESPINAFRE

(41) 3342-3453

[WWW.CASADASDIETAS.COM.BR](http://WWW.CASADASDIETAS.COM.BR)