

CARDÁPIO ABRIL

PRIMEIRA SEMANA

ALMOÇO	SEGUNDA	ALMONDEGAS CARNE C/ AVEIA ASSADAS ABOBRINHA PRIMAVERA ARROZ COM TRIGO EM GRÃO SALADA DE AGRIÃO/ TOMATE/ COUVE-FLOR CREME DE LIMÃO DIET	ALMOÇO	TERÇA	ROCAMBOLE DE FRANGO AO CREME DE ESPINAFRE REPOLHO ROXO A MODA ALEMÃ ARROZ INTEGRAL COM PIMENTÃO SALADA DE RÚCULA/ CENOURA CRUA/ VAGEM MOUSSE SENSAÇÃO DIET	ALMOÇO	QUARTA	MIGNON AO MOLHO MADEIRA BROCOLIS GRATINADO ARROZ INTEGRAL SAL. DE ALFACE/ BETERRABA CRUA/ CHUCHU SURPRESA DE ABACAXI DIET
JANTAR		CREPE DE CHESTER/ CATUPIRY/MOLHO CURRY MIX DE FOLHAS COM CROUTONS	JANTAR		PICADINHO INDIANO LIGHT ROLINHO DE BERINJELA AO MOLHO SUGO	JANTAR		PENNE INTEGRAL À BOLOGNESE DE FRANGO SALADA TABULE DE TRIGO
ALMOÇO	QUINTA	PEIXE ASSADO AO LEITE DE COCO/COENTRO FAROFA DE COUVE COM DENDE ARROZ INTEGRAL COM CHEIRO-VERDE SALADA ESCAROLA/REPOLHO/RABANETE FLAN DE FRUTAS SECAS DIET	ALMOÇO	SEXTA	FRANGO AO FORNO COM QUINOA CHUCHU CREMOSO ARROZ INTEGRAL COM GERGELIM PRETO SALADA ACELGA/PEPINO/BETERRABA COZ. PUDIM DE LEITE COM CALDA DE UVA DIET	ALMOÇO	SABADO	LOMBO XADREZ LIGHT VAGEM COM DADINHOS DE TOFU/GENGIBRE ARROZ INTEGRAL ORIENTAL SAL.DE ALFACE ROXA/MOYASHI/BRÓCOLIS CHEESECAKE COM CALDA DE MANGA DIET
JANTAR		NACHOS INTEGRAIS E CHILLI C/ MOL. SOUR CREAM SALADA COLORIDA	JANTAR		QUICHE INTEGRAL DE MILHO COM QUEIJO COMPOTA DE PONCAN, GENGIBRE E CALDA DE CHOCOLATE MEIO AMARGO	JANTAR		RICOTA À PARMEGIANA PURE DE ABÓBORA CABOTIÃ

OBS : nosso sucos são todos sem açúcar e nosso Peito de Peru Defumado é produzido por nós, 100% natural

(41) 3342-3453

WWW.CASADASDIETAS.COM.BR