

SHAVUOT

JANTA

Salada de carpaccio de atum e folhas

Calções

Abobrinha grão de bico-iogurte

Pescada com tomate e azeitona

Sobremesa: cheesecake

ALMOÇO

Folhado de queijo

Ravioli de ricota e nozes com molho branco

Salada Ceasar

Batata húngara

Quiche integral de cogumelos

Sushi cake

Pão de azeitona

Sobremesa: Tiramisu

SHABAT

Arroz

Curry

Frango com ervas

Shawarma (carne com frango – freezer) fazer tahine

Rolinho berinjela com carne