



RINARA CAETANO
rinaranutri@gmail.com

CRN: 18624
Professor Dias da Rocha, 409
Fortaleza

Lista de Compras

- Arroz branco (cozido) - 1050 g
- Atum em conserva - 280 g
- Aveia em flocos - Quaker® - 70 g
- Banana - 525 g
- Cereal integral sem adição de açúcar Nestlé - 210 g
- Cuscuz, de milho, cozido com sal - 560 g
- Feijão cozido (só grãos) - 700 g
- Filé de frango (cozido) - 1260 g
- Filé de frango Cozido(a) - 770 g
- Iogurte Natural Desnatado Nestlé (dois ingredientes) - 1190 g
- Legumes Cozido no Vapor - 560 g
- Linhaça, semente - 70 g
- Macarrão Integral Cozido - 700 g
- Mamão - 700 g
- Melão - 700 g
- Ovo de galinha inteiro - 350 g
- Ovo, de galinha, inteiro, cozido/10minutos - 350 g
- Pão francês - 350 g
- Pão Speciale integral - 700 g
- Passata de Tomate - Pomarola (Molho de Tomate) - 70 g
- Patinho Cozido(a) - 630 g
- Rap10 integral - 280 g
- Requeijão sabor e vida light - 245 g