

Ementa de dieta mediterrânica



1- Sopa : Sopa de nabos



2- Salada : Salada mediterrânica



*3- Prato Principal : Salmão grelhado
com ervas aromáticas e legumes cozidos*



4- Bebida : Sumo natural de citrinos



5- Sobremesa : Iogurte com morangos



00:00:30



00:11:57

