





JANTAR

SALGADO

SOBREMESA

Frango Assado

DOCE

VEGANO

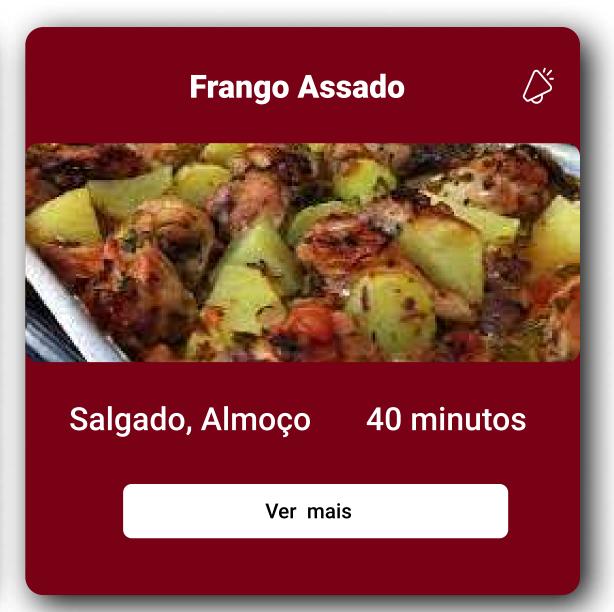
Salgado, Almoço 40 minutos

Ver mais

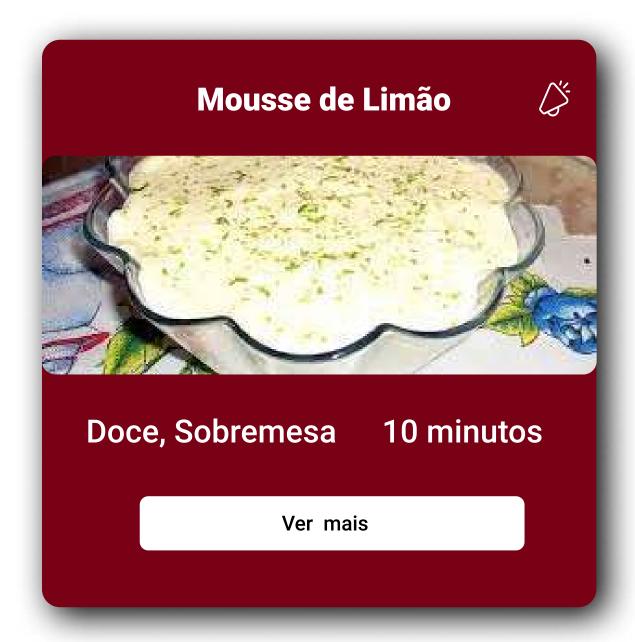


ALMOÇO

SALADA

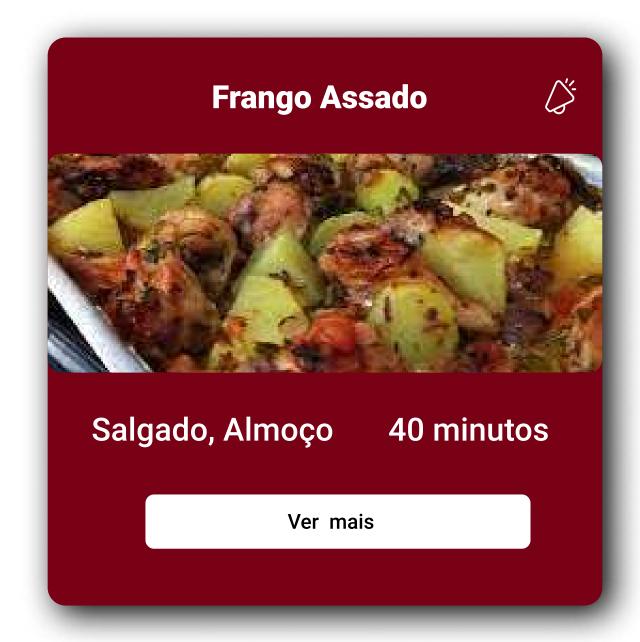


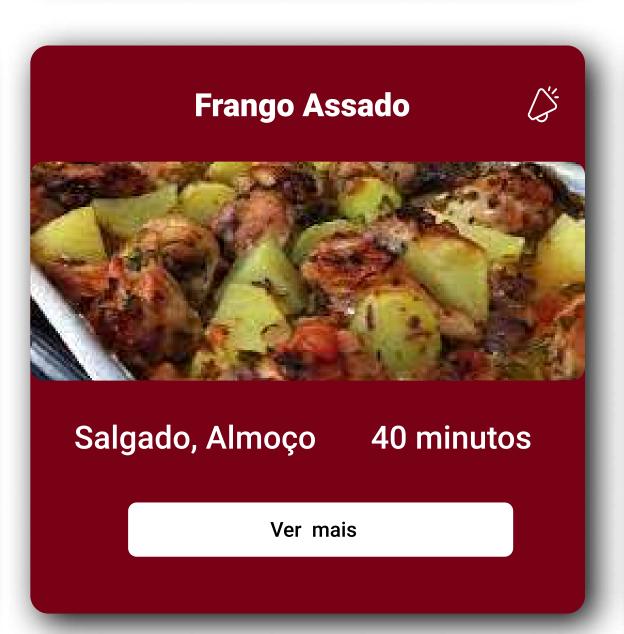
FIT

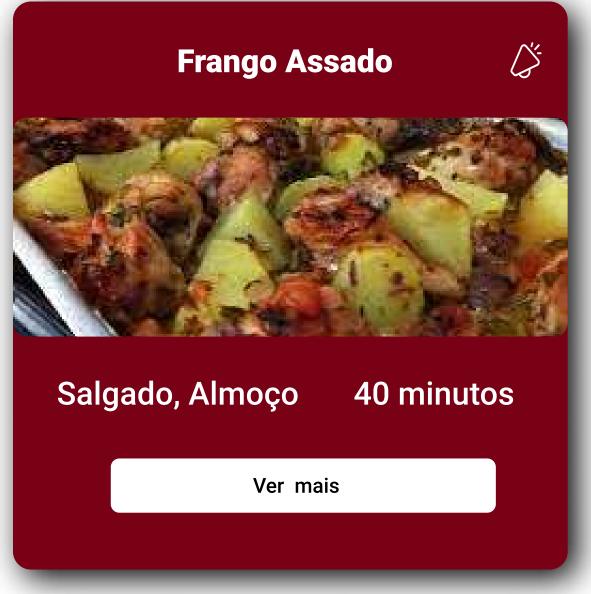


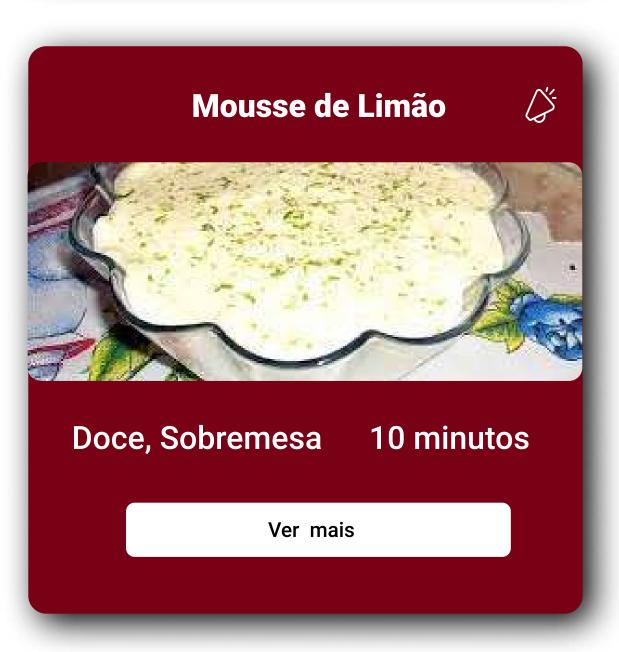


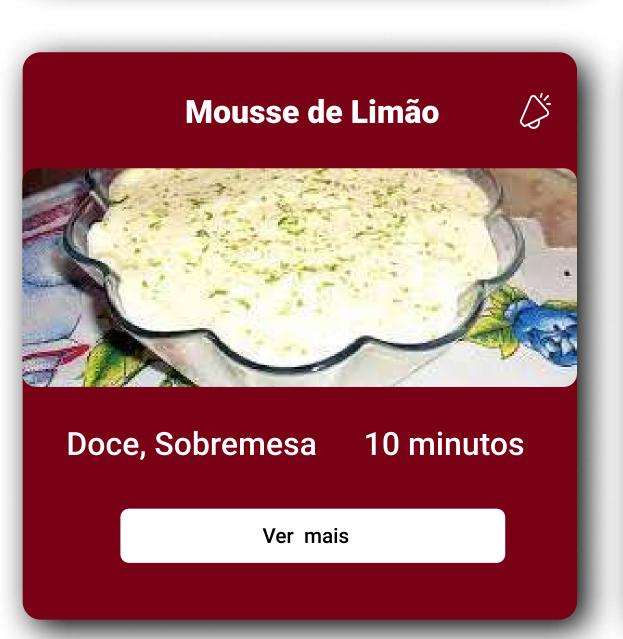


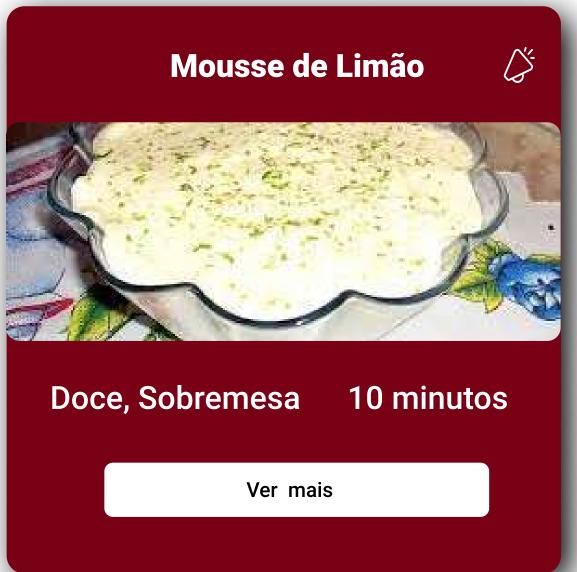














Y¶ Receitas

Receitas

+ Cadastrar receita

Id receita	Nome da Receita	Categoria	Ações
1	Frango Assado	Salgado, Almoço	
2	Mousse de Limão	Doce, Sobremesa	
3	Macarronada	Salgado, Jantar	
4	Buchada	Salgado, Almoço	
5	Omelete	Fit, Salgado	
6	Crepioca	Fit, Salgado	
7	Cookies de Aveia	Vegano	
8	Bolo de mandioca	Doce	





Administrador



Colaboradores

Y¶ Receitas

Reportes

Categorias







+ Adicionar categoria



Administrador

- Categorias
- Colaboradores
 - **Y**¶ Receitas
- Reportes

Colaboradores

Id usuário	Usuário	Email	Ações
1	Fulano	fulano@email.com	
2	Ciclano	Ciclano@email.com	
3	Beltrano	Beltrano@email.com	
4	Fulanildo	Fulanildo@email.com	
5	Agostinho	Agostinho@email.com	Ī
6	Bebel	Bebel@email.com	Ū
7	Nenê	Nenê@email.com	
8	Popozão	Popozão@email.com	

3

2



Nome da receita

Ingredientes

Descreva os ingredientes

Modo de preparo

Descreva o modo de preparo

(Enviar fotos da receita **Adicionar foto** Categoria Selecione uma categoria Tempo de preparo Porções Minutos Porções

Enviar receita



Administrador



Colaboradores

Receitas

Reportes

Receitas

+ Cadastrar receita

Id receita	Nome da Receita	Colaborador	Ações
1	Frango Assado	Fulana	
2	Mousse de Limão	Ciclano	
3	Macarronada	Beltrano	
4	Buchada	Fulana	
5	Omelete	Ciclano	
6	Crepioca	Beltrano	
7	Cookies de Aveia	Fulanildo	
8	Bolo de mandioca	Agostinho	



Administrador

- Categorias
- Colaboradores
 - ¶ Receitas
- Reportes

Reportes

Id receita	Colaborador com receita reportada	Motivo	Ações
1	fulano@email.com	Imagem inapropriada	Ō
2	Ciclano@email.com	Descrição errada	
3	Beltrano@email.com	Ingredientes não fazem sentido	
4	Fulanildo@email.com	Imagem inapropriada	
5	Agostinho@email.com	Descrição errada	
6	Bebel@email.com	Ingredientes não fazem sentido	Û
7	Nenê@email.com	Imagem inapropriada	
8	Popozão@email.com	Descrição errada	





Frango Assado

Ingredientes

- 1 kg e 1/2 de frango, cortado em pedaços
- 2 batatas grandes picadas em cubos médios
- Pomarola
- Maionese
- Sazon para aves
- Alho e sal

Modo de preparo

Tempere os pedaços de frango com alho, sal, sazon para aves.

Coloque 5 colheres de sopa de pomarola no frango, ou se preferir 2 colheres de extrato de tomate.

Coloque em uma assadeira e leve ao forno em temperatura máxima.

Sirva com arroz branco.



Categoria

Salgado, Almoço

Tempo de preparo

60 Minutos

Porções

8 Porções

Colaborador

Fulano



SALGADO

DOCE

VEGANO

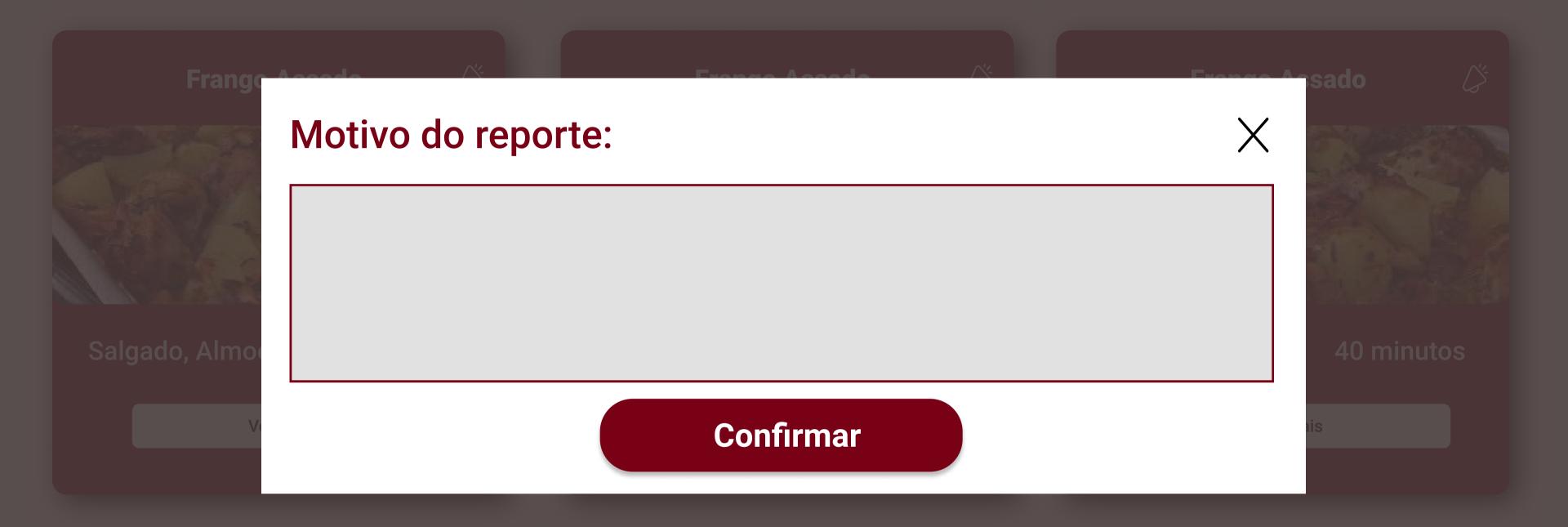
SALADA

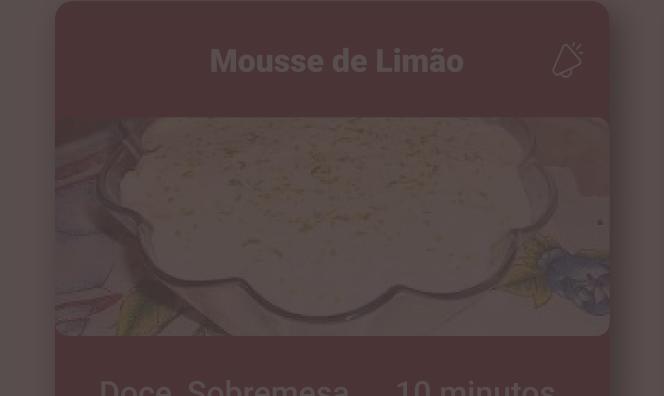
ALMOÇO

JANTAR

SOBREMESA

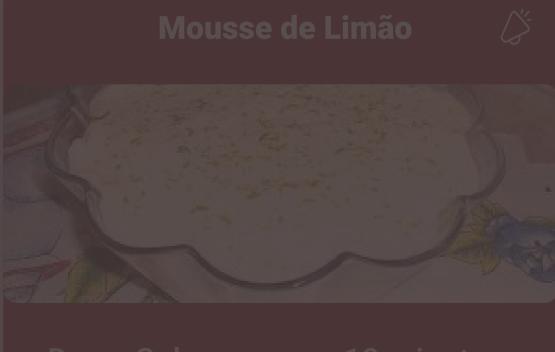
IT.













Nome da receita

Frango Assado

Ingredientes

- 1 kg e 1/2 de frango, cortado em pedaços
- 2 batatas grandes picadas em cubos médios
- Pomarola
- Maionese
- Sazon para aves
- Alho e sal

Modo de preparo

Tempere os pedaços de frango com alho, sal, sazon para aves.

Coloque 5 colheres de sopa de pomarola no frango, ou se preferir 2 colheres de extrato de tomate.

Coloque em uma assadeira e leve ao forno em temperatura máxima.

Sirva com arroz branco.



Categoria

Salgado, Almoço

Tempo de preparo

Porções

60 Minutos

8

Porções

Colaborador

Fulano

Confirmar

Ações

〉而

前

Û

3





Categorias

+ Adicionar categoria

Administrad

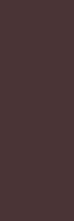
E Categorias

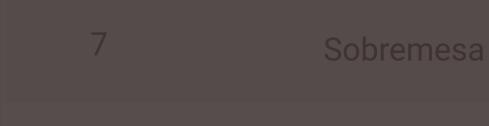
Colaborad

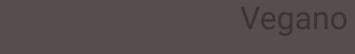
Y¶ Receitas

🔆 Reportes















Categorias

Nomo do catagorio

+ Adicionar categoria

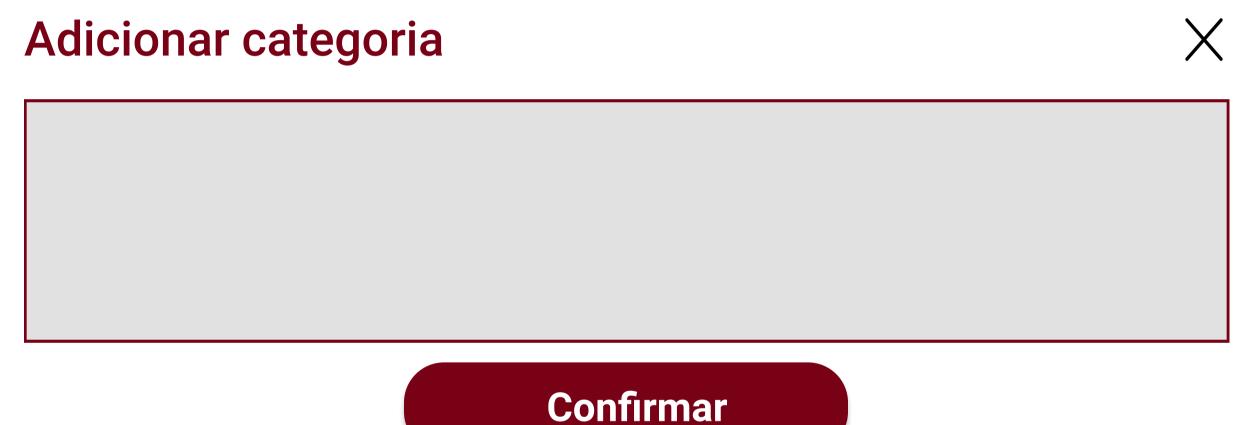
Administrad

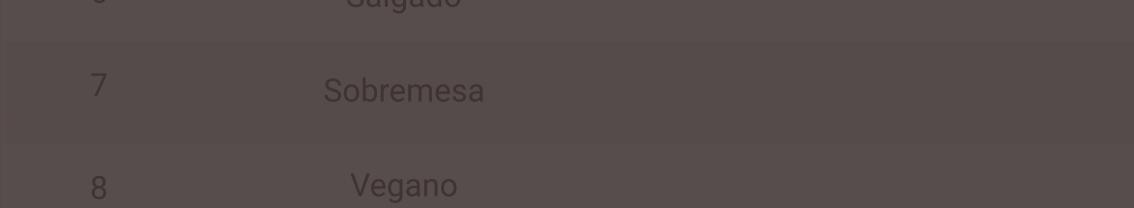


Colaborad

Y¶ Receitas

阡 Reportes













Tem certeza que deseja excluir?

Confirmar