

VACINAÇÃO COVID E GRIPE (INFLUENZA)

CEDIDA ASSESSORIA

**COVID ADULTO
(18 ANOS OU MAIS)**
1ª DOSE
2ª DOSE
3ª DOSE PARA TODAS
AS PESSOAS COM
INTERVALO DE 4
MESES ENTRE A
SEGUNDA DOSE
4ª DOSE PARA
PESSOAS COM 40

ANOS OU MAIS
NO INTERVALO DE
4 MESES ENTRE
A 3ª DOSE.

**COVID ADOSLENTE
(12 A 17)**
1ª DOSE
2ª DOSE
3ª DOSE PARA TODAS
AS PESSOAS COM
INTERVALO DE 4

MESES ENTRE A
SEGUNDA DOSE
GRIPE
PARA TODAS AS
PESSOAS ACIMA
DE 6 MESES.
**OBS: LEVAR
DOCUMENTOS
PESSOAIS,
CARTEIRINHA DE
VACINAÇÃO.**
Local: POLICLÍNICA

MUNICIPAL (S.
Cristóvão)
Horário: 7H30 ÀS 12H
e das 13H30 ÀS 15H

**COVID CRIANÇAS (5
ANOS OU MAIS)**
1ª E 2ª DOSE (terça
e quinta-feira) 13h30
às 16h - POLICLÍNICA
MUNICIPAL



PREFEITURA DE DRACENA

CIDADE MILAGRE

SECRETARIA DE SAÚDE E HIGIENE PÚBLICA

CULINÁRIA

BIFE DE OVO



INGREDIENTES

BIFE DE OVO

- 1- 4 ovos
 - 2- 1 colher (chá) de pápri-
ca
 - 3- 1 colher (chá) de tomi-
lho
 - 4- 1/2 xícara de salsa
picada
 - 5- pimenta-do-reino a
gosto
 - 6- sal a gosto
- ##### PARA EMPANAR
- 1- 1 xícara de farinha de
trigo
 - 2- 100 ml de água com

gás

- 3- 1 colher (chá) de ervas
finas
- 4- 1 xícara de farinha
panko

5- 400 ml de óleo

6- cebolinha a gosto

7- Comprar ingredientes

MODO DE PREPARO

- 1- Em um recipiente, mis-
ture todos os ingredientes do
bife
- 2- Misture tudo muito bem
- 3- Em uma frigideira quen-
te com óleo, frite por partes

4- Deixe que a mistura
faça desenhos característi-
cos na frigideira para dar mais
aparência de bife

5- Reserve

6- Em um recipiente, junte
a farinha, as ervas e a água
com gás

7- Misture muito bem até
formar uma massinha

8- Coloque a farinha
panko em outro recipiente

9- Passe o bife primeiro na
mistura com água com gás e
depois na farinha panko

10- Frite em óleo quente