

CARDÁPIO

1ª Semana

SETEMBRO



Terça-feira Dia 01

Carne:

Frango ao Xadrez

Acompanhamento:

Arroz

Feijão

Legumes sauté

Salada Alface, Acelga e Cenoura

Quarta-feira Dia 02

Carne:

Músculo ao Molho

Acompanhamento:

Arroz

Feijão Tropeiro de Cuscuz

Macarrão alho e óleo

Salada Repolho, Rúcula e Tomate

Quinta-feira Dia 03

Carne:

Coxa e Sobrecoxa á Dorê

Acompanhamento:

Arroz

Feijão

Polenta Cremosa

Salada Couve, Alface e Beterraba

Sexta-feira Dia 04

Carne:

Feijoada Completa

Acompanhamento:

Arroz

Virado de Couve

Salada Laranja em Rodelas

**Bom Final de Semana... Evite
Doces, Frituras e Refrigerantes!!!**