



CARDÁPIO

4ª Semana

JUNHO

Segunda-feira Dia 19	Terça-feira Dia 20	Quarta-feira Dia 21
<p><u>Carne:</u> Assado de Panela</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Beterraba á Juliana Salada Rúcula, Repolho e Manga</p>	<p><u>Carne:</u> Frango á Portuguesa</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Macarrão ao Alho e Óleo Salada Acelga, Alface e Cenoura</p>	<p><u>Carne:</u> Churrasco</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Mandioca Cozida Salada Quibe ao Vinagrete</p>
Quinta-feira Dia 22	Sexta-feira Dia 23	<p>Bom Final de Semana... Pratique atividades físicas!!!</p>
<p><u>Carne:</u> Frango á Passarinho</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz com Milho Feijão Creme de Cenoura Salada Folhas Mistas com Beterraba</p>	<p><u>Carne:</u> Feijoada Completa</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Virado de Couve Salada Laranja em Rodelas</p>	