



CARDÁPIO

3ª Semana

JANEIRO

Segunda-feira Dia 18			Terça-feira Dia 19			Quarta-feira Dia 20		
<p><u>Carne:</u> Costela de Panela</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Batata Sauté Salada Repolho, Rúcula e Abacaxi</p>			<p><u>Carne:</u> Frango á Portuguesa</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Farofa de Cuscuz Salada Folhas Mistas com Beterraba</p>			<p><u>Carne:</u> Assado de Panela Desfiado com Cenoura</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Macarrão ao Alho e Óleo Salada Couve, Alface e Tomate</p>		
Quinta-feira Dia 21			Sexta-feira Dia 22			<p>Bom Final de Semana... Evite o consumo excessivo de Sal em sua Alimentação!!!</p>		
<p><u>Carne:</u> Strogonoff de Frango</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Batata Palha Salada Acelga, Alface e Cenoura</p>			<p><u>Carne:</u> Churrasco</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Mandioca Cozida Salada Vinagrete</p>					