

CARDÁPIO DE ALMOÇO

1ª SEMANA – 03/12 à 07/12

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz	Arroz e feijão	Arroz e feijão preto	Macarrão	Arroz e feijão
Strogonoff de frango, batata palha. Salada de alface e tomate.	Carne cozida com batata, chuchu refogado. Salada de repolho.	Linguiça assada, escarola refogada, farofa. Salada de repolho.	com salsicha. Salada de alface.	Filé de frango, purê de batata. Salada de beterraba ralada.

2ª SEMANA - 10/12 à 14/12

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Macarrão	Arroz e feijão
Isclas de frango, brócolis refogado. Salada de pepino.	Bife de panela, cenoura cozida. Salada de alface e tomate.	Frango grelhado, couve refogada. Salada de repolho.	Almôndegas de carne. Salada de batata com ovos.	Hambúrguer, purê de mandioquinha. Salada de cenoura.

SOBREMESAS:

2ªs Feiras: Iogurte de frutas.

3ªs Feiras: Doce de leite.

4ªs Feiras: Gelatina.

5ªs Feiras: Salada de frutas.

6ªs Feiras: Arroz doce.

Nutricionista Valéria Begotti

CRN3: 33437