

## CARDÁPIO DE ALMOÇO - NOVEMBRO

### 1ª SEMANA - 01/11 à 03/11

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		Arroz e feijão preto		
		Linguiça assada, farofa de ovo. Salada de tomate.	FERIADO	

### 2ª SEMANA - 06/11 à 10/11

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Macarrão	Arroz e feijão
Escondidinho de carne, brócolis refogado. Salada tomate.	Filé de frango, abobrinha refogada. Salada de alface.	Strogonoff de carne, batata palha. Salada de tomate.	ao molho bolonhesa, frango assado. Salada de maionese.	Bife à milanesa, creme de espinafre. Salada de alface e cenoura.

### 3ª SEMANA - 13/11 à 17/11

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz e feijão	Arroz e feijão			Arroz e feijão
Carne cozida com mandioca, farofa. Salada de cenoura e alface.	Isclas de frango, bolinho de espinafre. Salada de tomate.	FERIADO	Lasanha de frios, frango assado. Salada de tomate.	Filé de peixe empanado, purê de mandioquinha. Salada de alface.

### 4ª SEMANA - 20/11 à 24/11

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	Arroz e lentilha	Arroz e feijão	Macarrão	Arroz e feijão
FERIADO	Quibe assado, couve refogada. Salada de acelga e cenoura.	Omelete com legumes, batata assada. Salada de pepino.	ao sugo, carne assada. Salada de beterraba e tomate.	Bife de panela, creme de espinafre. Salada alface.

### 5ª SEMANA - 27/11 à 30/11

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	
Almôndegas de carne, repolho refogado. Salada de alface e cenoura.	Strogonoff de frango, batata palha. Salada de tomate.	Isclas de peixe, purê de batata e cenoura. Salada de alface.	Frango em cubos com cenoura e batata. Salada de beterraba ralada.	