



# CARDÁPIO

3ª Semana

Segunda-feira Dia 14	Terça-feira Dia 15	Quarta-feira Dia 16
<p><b><u>Carne:</u></b> Frango ao Xadrez</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Macarrão ao Alho e Óleo Salada Repolho, Alface e Beterraba Ralada</p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Feijoada</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Virado de Couve Salada Laranja em Rodelas</p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Strogonoff de Frango</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Batata Palha Salada Acelga, Rúcula e</p>
Quinta-feira Dia 17	Sexta-feira Dia 18	<p><b>Bom Final de Semana uma Alimentação Saudável</b></p>
<p><b><u>Carne:</u></b> Assado de Panela</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Beterraba Cozida Salada Repolho Misto com Tomate</p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Filé de Frango ao Molho</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz c/ Milho Feijão Legumes Sauté Salada Alface, Couve e Pepino</p>	

MARÇO

16 de Março  
Dia 16

O:

de Cenoura

semana... Tenha  
uma semana Saudável!!!