

CARDÁPIO

1ª Semana

OUTUBRO

Uma alimentação saudável é a sua garantia de uma vida longa e mais feliz.



Quarta-feira Dia 01

Carne:

Bife á Juliana Acebolado

Acompanhamento:

Arroz

Feijão

Salada Mista

Salada Alface, Repolho e Tomate

Quinta-feira Dia 02

Carne:

Coxa e Sobrecoxa Assada

Acompanhamento:

Arroz

Feijão

Chuchu ao Molho Branco

Salada Acelga, Rúcula e Manga

Sexta-feira Dia 03

Carne:

Grelhado Misto (Carne e Frango)

Acompanhamento:

Arroz

Feijão Preto

Batata Dorê

Salada Folhas Mistas com Cebola

