

CARDÁPIO

1ª Semana

SETEMBRO



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



Sexta-feira Dia 01

Carne:

Grelhado Misto

Acompanhamento:

Arroz

Feijão

Farofa

Salada Acelga, Rúcula e Cenoura

Bom Final de Semana... Evite Doces, Frituras e Refrigerantes!!!