



CARDÁPIO

3ª Semana

MAIO

Segunda-feira Dia 13			Terça-feira Dia 14			Quarta-feira Dia 15		
<p><u>Carne:</u> Músculo ao Molho de Cebola</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Beterraba Cozida Salada Rúcula, Repolho e Manga</p>			<p><u>Carne:</u> Frango Refogado</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Macarronele Salada Acelga, Alface e Cenoura</p>			<p><u>Carne:</u> Bife á Juliana</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Farofa de Cuscuz Salada Repolho, Couve e Tomate</p>		
Quinta-feira Dia 16			Sexta-feira Dia 17			<p>Bom Final de Semana... Pratique atividades físicas!!!</p>		
<p><u>Carne:</u> Peixe Frito</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Pirão de Peixe Salada Folhas Mistas com Beterraba</p>			<p><u>Carne:</u> Churrasco</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Mandioca Cozida Salada Quibe ao Vinagrete</p>					