



# CARDÁPIO

3ª Semana

OUTUBRO

Segunda-feira Dia 12	Terça-feira Dia 13	Quarta-feira Dia 14
<b><u>FERIADO</u></b>	<p><b><u>Carne:</u></b> Peixe ao Molho</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Pirão de Peixe Salada Folhas Mistas com Queijo Frescal</p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Grelhado Misto (Costelinha de Porco e Filé de Frango)</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Purê de Kabutiá Salada Repolho, Rúcula e Abacaxi</p>
Quinta-feira Dia 15	Sexta-feira Dia 16	<p><b>Bom Final de Semana... Tenha uma Alimentação Saudável!!!</b></p>
<p><b><u>Carne:</u></b> Filé de Frango ao Molho Branco</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz c/ Milho Feijão Cenoura Sauté Salada Couve, Acelga e Cebolinha em Conserva</p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Churrasco</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Macarronese Salada Alface, Repolho Roxo e Cheiro Verde</p>	