



CARDÁPIO

4ª Semana

NOVEMBRO

Segunda-feira Dia 21	Terça-feira Dia 22	Quarta-feira Dia 23
<p><u>Carne:</u> Músculo ao Molho de Cebola</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Legumes ao Bafo Salada Folhas Mistas com Beterraba</p>	<p><u>Carne:</u> Galinhada</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Feijão Creme de Kabutiá Salada Alface, Acelga e Tomate</p>	<p><u>Carne:</u> Assado de Panela</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Farofa de Cuscuz Salada Repolho, Rúcula e Manga</p>
Quinta-feira Dia 24	Sexta-feira Dia 25	<p>Bom Final de Semana... Pratique atividades físicas!!!</p>
<p><u>Carne:</u> Strogonoff de Carne</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Batata Palha Salada Couve, Alface e Cenoura</p>	<p><u>Carne:</u> Feijoada Completa</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Virado de Couve Salada Laranja em Rodelas</p>	