



## CARDÁPIO

4ª Semana

OUTUBRO

Segunda-feira Dia 19	Terça-feira Dia 20	Quarta-feira Dia 21
<p><b><u>Carne:</u></b> Assado de Panela</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Farofa de Cuscuz Salada Repolho, Rúcula e Laranja</p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Farnego á Dorê</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Polenta ao Sugo Salada Alface, Acelga e Tomate</p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Bife Acebolado</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Legumes no Bafo Salada Folhas Mistas com Beterraba Ralada</p>
Quinta-feira Dia 22	Sexta-feira Dia 23	<p><b>Bom Final de Semana... Evite o consumo excessivo de Sal em sua Alimentação!!!</b></p>
<p><b><u>Carne:</u></b> Frango ao Xadrez</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Creme de Mandioca Salada Acelga, Couve e Cenoura</p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Carne á Portuguesa</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Chuchu ao Molho Branco Salada Alface, Repolho e Mamão</p>	