



# CARDÁPIO

4ª Semana

SETEMBRO

Segunda-feira Dia 22			Terça-feira Dia 23			Quarta-feira Dia 24		
<p><b><u>Carne:</u></b> Almondêgas ao Sugo</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Purê de Batatas Salada Repolho, Alface e Cenoura</p>			<p><b><u>Carne:</u></b> Frango Assado</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz c/ Milho Feijão Legumes Sauté Salada Acelga, Rúcula e Manga</p>			<p><b><u>Carne:</u></b> Carne ao Xadrez</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Macarrão ao Alho e Óleo Salada Alface, Couve e Pepino</p>		
Quinta-feira Dia 25			Sexta-feira Dia 26			<p><b>Bom Final de Semana... Pratique atividades físicas!!!</b></p>		
<p><b><u>Carne:</u></b> Peixe Frito</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Pirão de Peixe Salada Folhas Mistas com Tomate</p>			<p><b><u>Carne:</u></b> Churrasco</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão de Corda (Tropeiro) Mandioca Cozida Salada Quibe ao Vinagrete</p>					