



# CARDÁPIO

3ª Semana

NOVEMBRO

Segunda-feira Dia 12	Terça-feira Dia 13	Quarta-feira Dia 14
<p><b><u>Carne:</u></b> Costela Ensopada</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Creme de Mandioca Salada Acelga, Rúcula e Cenoura</p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Frango Refogado</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Cenoura Sauté Salada Alface, Repolho e Beterraba</p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Carne á Portuguesa</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Farofa de Cuscuz Salada Melancia em Fatias</p>
Quinta-feira Dia 15	Sexta-feira Dia 16	<p><b>Bom Final de Semana... Tenha uma Alimentação Saudável!!!</b></p>
<p><b><u>FERIADO</u></b></p> <p><b><u>PROCLAMAÇÃO DA REPUBLICA</u></b></p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Churrasco</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Mandioca Cozida Salada Quibe ao Vinagrete</p>	