

CARDÁPIO

3ª Semana

Segunda-feira Dia 17	Terça-feira Dia 18	Quarta-feira
<p><u>Carne:</u> Músculo ao Molho de Cebola</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Macarrão ao Alho e Óleo Salada Acelga, Alface e Cenoura</p>	<p><u>Carne:</u> Frango Ensopado</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Batata Doce Salada Melancia</p>	<p><u>Carne:</u> Churrasco</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Mandioca Cozida Salada Quibe ao Vinagre</p>
Quinta-feira Dia 20	Sexta-feira Dia 21	<p>Bom Final de Pratique ativamente</p>
<p><u>Carne:</u> Peixe Frito</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Pirão de Peixe Salada Folhas Mistas com Beterraba</p>	<p><u>Carne:</u> Carne de Panela</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Caldo de Legumes Salada Repolho, Alface e Tomate</p>	

SEPTIEMBRE

19 de Septiembre

O:

re

**e Semana...
lades físicas!!!**