

CARDÁPIO

1ª Semana

JUNHO

Uma alimentação
saudável é a sua
garantia de uma
vida longa e
mais feliz.



Quarta-feira Dia 01

Carne:

Costela Ensopada

Acompanhamento:

Arroz

Feijão

Purê de Mandioca

Salada Couve, Repolho e Tomate

Quinta-feira Dia 02

Carne:

Carne á Portuguesa

Acompanhamento:

Arroz

Feijão

Macarrão ao Alho e Óleo

Salada Acelga, Alface e Cenoura

Sexta-feira Dia 03

Carne:

Feijoada Completa

Acompanhamento:

Arroz

Virado de Couve

Salada Laranja em Rodelas

**Bom Final de Semana... Evite
Doces, Frituras e Refrigerantes!!!**