

Segunda-feira Dia 22	Terça-feira Dia 23	Quarta-feira Dia 24
<p><u>Carne:</u> Costela Ensopada</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Purê de Batatas Salada Rúcula, Repolho e Abacaxi</p>	<p><u>Carne:</u> Grelhado Misto</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Creme de Repolho Salada Acelga, Alface e Cenoura</p>	<p><u>Carne:</u> Carne de Panela</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Cenoura Sauté Salada Repolho, Couve</p>
Quinta-feira Dia 25	Sexta-feira Dia 26	<p>Bom Final de Semana Pratique atividade física</p>
<p><u>Carne:</u> Frango ao Xadrez</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Feijão Macarronense Salada Folhas Mistas com Beterraba</p>	<p><u>Carne:</u> Feijoada Completa</p> <p><u>Acompanhamento:</u> Arroz Virado de Couve Salada Laranja em Rodelas</p>	

MAIO

ira Dia 24

O:

de Tomate

**e Semana...
lades físicas!!!**