



## CARDÁPIO

4ª Semana

JULHO

Segunda-feira Dia 21	Terça-feira Dia 22	Quarta-feira Dia 23
<p><b><u>Carne:</u></b> Assado de Panela</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Farofa Salada Repolho, Alface e Tomate</p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Frango ao Creme de Milho</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Batata Palha Salada Acelga, Rúcula e Manga</p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Bife á Juliana</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Baião de Dois de Fava  Cenoura Sauté Salada Folhas Mistas</p>
Quinta-feira Dia 24	Sexta-feira Dia 25	<p><b>Bom Final de Semana... Pratique atividades físicas!!!</b></p>
<p><b><u>Carne:</u></b> Frango á Passarinho</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão com Suan Purê de Mandioca Salada Repolho Misto com Pepino</p>	<p><b><u>Carne:</u></b> Carne em Cubos ao Molho de Cebola</p> <p><b><u>Acompanhamento:</u></b> Arroz Feijão Macarrão ao Alho e Óleo Salada Acelga, Alface e Pimentão</p>	