



Cila Omine
Nutricionista
CRN3 5440
Cila Omine Ikatu



Arroz e Feijão
 Filé de Frango
 Purê de Abóbora
 Salada
 Fruta e Suco

Espaguete à Marguerita
 (c/ Tomate, Queijo Branco,
 Milho, Azeite e Manjeiricão)
 Iscas de Carne
 Salada, Fruta e Suco

Segunda 05	Terça 06	Quarta 07	Quinta 08	Sexta 09
Arroz e Feijão Frango assado Brócolis no vapor Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe assado Creme de Milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Carne assada c/ Molho Farofa Nutritiva (c/ Aveia e Cenoura) Salada Pudim de Maria Mole e Suco	Parafuso ao sugo Picadinho de Frango Espetinho de Legumes Salada Fruta e Suco	Arroz Strogonoff de Almôndegas Batata Zigue assada Salada Fruta e Suco
Segunda 12	Terça 13	Quarta 14	Quinta 15	Sexta 16
Arroz e Feijão Carne moída refogada com Cenoura e Milho Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Isclas de Frango crocantes Purê de Batata Salada Fruta e Suco	Caracolino ao Sugo Picadinho de Carne Repolho refogado Salada Bicho de Pé cremoso e Suco	Arroz e Feijão Empadão de Frango Beterraba no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Linguiça Suína Cenoura ondulada no vapor Salada Fruta e Suco



Segunda 19	Terça 20	Quarta 21	Quinta 22	Sexta 23
Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Purê de Mandioquinha Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Kibe de Forno c/ Requeijão Acelga refogada c/ Milho Salada Fruta e Suco	Espaguete ao Sugo Filé de Frango Brócolis no vapor Salada Mousse de Paçoca e Suco	Arroz e Feijão Preto Escalopinho ao Molho Madeira Batata Rústica Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe assado Chuchu c/ molho Branco Salada Fruta e Suco
Segunda 26	Terça 27	Quarta 28	Quinta 29	Sexta 30
Arroz e Feijão Hambúrguer à Pizzaiolo Jardineira de Legumes Salada Gelatina Suco	Arroz Strogonoff de Frango Batata Palha Salada Fruta Suco	Arroz e Feijão Preto Filé Mignon Suíno Purê de Couve-flor Salada Danete Caseiro Suco	Arroz Rondelli ao Sugo (Queijo e Peito de peru) Espinafre refogado Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Ragu de Carne desfiada com Polenta Cremosa Salada Fruta Suco

