


CARDÁPIO DE ALMOÇO - NOVEMBRO

Cila Omine Nutricionista CRN3 5440 <i>Cila Omine Ikatu</i>				Sexta 01 Arroz e Feijão Escondidinho de Frango (c/ Purê de Mandioquinha) Salada Fruta e Suco
	Segunda 04	Terça 05	Quarta 06	Quinta 07
Arroz e Feijão Bife de Panela Batata Bolinha dourada Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (ao forno) Creme de Milho Salada Fruta e Suco	Parafuso ao sugo Cubinhos de Frango (grelhados) Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Carne desfiada Couve refogada Salada Fruta e Suco	Sexta 08
				Sexta 15
Segunda 11	Terça 12	Quarta 13	Quinta 14	Sexta 15
Arroz e Feijão Picadinho de Carne Abóbora corada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Polenta cremosa Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Carne moída com Legumes (Batata e Cenoura) Salada Mousse de Limão e Suco	Penne ao sugo Filé Mignon Suíno Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco	Feriado (Proclamação da Reública)
Segunda 18	Terça 19	Quarta 20	Quinta 21	Sexta 22
Arroz e Feijão Filé de Frango gratinado Milho no vapor Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (ao forno) Abobrinha c/ tomate e queijo branco Salada Fruta e Suco	Feriado (Consciência Negra)	Arroz e Feijão Preto Iscas de Carne Farofa Nutritiva (c/ aveia e cenoura) Salada e Suco Dantop de chocolate c/ morango	Arroz e Feijão Bife à milanesa Batata Rústica Salada Fruta e Suco
Segunda 25	Terça 26	Quarta 27	Quinta 28	Sexta 29
Arroz e Feijão Kibe assado Creme de Milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Escalopinho ao molho Couve-flor gratinada Salada Fruta e Suco	Espaguete ao sugo Frango assado Brócolis no vapor Salada Delícia de Chocolate e Suco	Arroz Strogonoff de Carne Batata Palha Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Omelete na chapa c/ Bacon Pastelzinho de espinafre c/ queijo Salada Fruta e Suco

Obs.

As saladas, frutas e sucos serão variados de acordo com a safra/estação.