

Segunda 03	Terça 04	Quarta 05	Quinta 06	Sexta 07
Arroz e Feijão Bobó de Frango Repolho refogado c/ Cenoura Salada Fruta e Suco	Arroz Strogonoff de Carne Batata assada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Omelete na chapa Abobrinha c/ Milho no vapor Salada Fruta e Suco	Espaguete ao sugo Filé de Frango Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Carne desfiada Batata doce Rústica Salada Fruta e Suco
Segunda 10	Terça 11	Quarta 12	Quinta 13	Sexta 14
Arroz e Feijão Isclas de Frango Creme de Milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (grelhado) Batata sauté Salada Fruta e Suco	Penne ao sugo Filé Mignon Suíno Cenoura c/ Ervilhas no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Picadinho de Carne Farofa Nutritiva (c/ aveia) Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Purê de Batata Salada Fruta e Suco
Segunda 17	Terça 18	Quarta 19	Quinta 20	Sexta 21
Arroz Strogonoff de Frango Batata Palha Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Ovo estrelado Abóbora corada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Almôndegas de Carne ao sugo (caseiras) Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco	FERIADO	
Segunda 24	Terça 25	Quarta 26	Quinta 27	Sexta 28
Arroz e Feijão Bife de Panela Farofa de Banana (c/ aveia) Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Creme de Milho Salada Fruta e Suco	Parafuso ao sugo Carne moída Acelga refogada c/ Cenoura Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Filé Mignon Suíno Batata corada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (empanado) Chuchu c/ Milho no vapor Salada Fruta e Suco

Obs.

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



Cila Omine
Nutricionista
CRN3 5440

Cila Omine Ikato