

CARDÁPIO
Dezembro

SEMANA DE 29/11/21 a 03/11/21

2ª FEIRA: salada de chuchu e cenoura, filé de frango, batata corada, arroz, feijão. Opção: ovo.

3ª FEIRA: salada mista, filé de peixe, quibebe de abóbora, arroz, feijão. Opção: carne.

4ª FEIRA: salada de grão de bico, quibe de forno, brócolis, arroz, feijão. Opção: frango.

5ª FEIRA: salada de legumes, panqueca de frango, couve refogada, arroz, feijão. Opção: carne.

6ª FEIRA: salada mista, carne picada, chuchu com cheiro verde, arroz, feijão. Opção: frango.

SEMANA DE 06/12/21 a 10/12/21

2ª FEIRA: seleta de legumes, macarrão com carne moída, agrião refogado, arroz, feijão. Opção: ovo.

4ª FEIRA: salada mista, estrogonofe de frango, cenoura sauté, arroz, feijão. Opção: carne.

3ª FEIRA: salada de vagem, filé de peixe, pirão, arroz, feijão. Opção: carne.

5ª FEIRA: seleta de legumes, bolo de carne, abóbora cozida, arroz, feijão. Opção: frango.

6ª FEIRA: salada mista, escondidinho de batata com frango, agrião refogado, arroz, feijão. Opção: carne.

SEMANA DE 13/12/21 a 16/12/21

2ª FEIRA: salada mista, jardineira de legumes c/ carne, arroz, feijão. Opção: frango.

3ª FEIRA: seleta de legumes, empadão de frango, berinjela refogada, arroz, feijão. Opção: carne.

4ª FEIRA: salada mista, escondidinho de abóbora com carne moída, abobrinha refogada, arroz, feijão. Opção: frango.

5ª FEIRA: salada mista, risoto de frango, cenoura e chuchu sauté, arroz, feijão. Opção: ovo.

SOBREMESAS: Doces: bananada. **Frutas:** da época (4x por semana).