

PLACE TEENS - CARDÁPIO DE ALMOÇO - DEZEMBRO

Segunda 01	Terça 02	Quarta 03	Quinta 04	Sexta 05
Arroz e Feijão Picadinho de Frango Purê de Mandioquinha Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Isclas de Carne Couve refogada Salada Fruta e Suco	Espaguete ao sugo Filé de Frango Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco	<u>Almoço de Natal:</u> Arroz e Feijão Mini Esfiha de Carne Milho no vapor  <i>Salada: Mix de Folhas c/ Tomatinhos Cereja</i> Salada de Frutas e Suco	Arroz e Feijão Preto Ovo estrelado Abóbora corada Salada Fruta e Suco
Segunda 08	Terça 09	Quarta 10	Quinta 11	
Arroz Strogonoff de Frango Batata Palha Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (empanado) Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Carne desfiada Cenoura ondulada c/ Milho Salada Fruta e Suco	Parafuso ao sugo Filé de Sobrecoxa Abobrinha c/ Tomate e Queijo branco Salada Fruta e Suco	
<p>Obs.</p> <p>As saladas, frutas e sucos serão variados de acordo com a safra/estação.</p>				<p>Cila Omine Nutricionista CRN3 5440</p> <p><i>Cila Omine Ikatu</i></p>