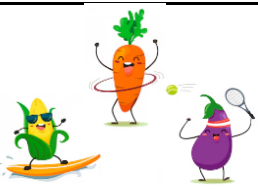


Cila Omine Nutricionista CRN3 5440 <i>Cila Omine Kato</i>		Quarta 01 Arroz e Feijão Preto Carne desfiada Abóbora corada Salada Fruta e Suco	Quinta 02 Arroz e Feijão Filé de Frango Batata sauté Salada Fruta e Suco	Sexta 03 Parafuso ao sugo Nuggets de Frango (caseiro) Acelga c/ Milho no vapor Salada Fruta e Suco
		Segunda 06 Arroz e Feijão Kibe de Carne Purê de Mandioquinha Salada Fruta e Suco	Terça 07 Arroz Strogonoff de Frango Batata Palha Salada Fruta e Suco	Quarta 08 Arroz e Feijão Filé de Peixe (grelhado) Cenoura c/ Ervilhas no vapor Salada Fruta e Suco
Segunda 13 Arroz e Feijão Iscas de Frango Creme de Milho Salada Fruta e Suco	Terça 14 Arroz e Feijão Picadinho de Carne Farofinha de Vagem (c/ aveia) Salada Fruta e Suco	Quarta 15 Espaguete ao sugo Filé de Frango Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco	Quinta 16 Arroz e Feijão Preto Filé Mignon Suíno Batata doce assada Salada Fruta e Suco	Sexta 17 Arroz e Feijão Panqueca de Carne ao sugo Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco
Segunda 20 Arroz Strogonoff de Carne Batata Rústica Salada Fruta e Suco	Terça 21 Arroz e Feijão Bobó de Frango Milho na manteiga Salada Fruta e Suco	Quarta 22 Arroz e Feijão Preto Ovo estrelado Farofinha de Couve Salada Fruta e Suco	Quinta 23 Penne ao sugo Carne assada c/ molho Beterraba no vapor Salada Fruta e Suco	Sexta 24 Arroz e Feijão Frango desfiado c/requeijão Milho no vapor Salada Fruta e Suco
Segunda 27 Arroz e Feijão Bife de Panela Farofa Nutritiva (c/ aveia) Salada Fruta e Suco	Terça 28 Arroz e Feijão Filé de Peixe (empanado) Repolho refogado c/ Cenoura Salada Fruta e Suco	Quarta 29 Parafuso ao sugo Filé de Frango Chuchu c/ Milho no vapor Salada Fruta e Suco	Quinta 30 Arroz e Feijão Preto Carne moída Polenta Cremosa Salada Fruta e Suco	Sexta 31 Arroz e Feijão Picadinho de Frango Batata assada Salada Fruta e Suco

Obs.

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