

# CARDÁPIO DE JANTAR - MAIO

	<p style="text-align: center;"><b>Cila Omine</b> Nutricionista CRN3 5440</p> <p style="text-align: center;"><i>Cila Omine Ikatu</i></p>			<p><b>Sexta 01</b></p> <p style="text-align: center;"><b>FERIADO</b></p>
<b>Segunda 04</b>	<b>Terça 05</b>	<b>Quarta 06</b>	<b>Quinta 07</b>	<b>Sexta 08</b>
<p>Arroz e Feijão Filé de Frango Milho no vapor Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Feijão Isclas de Carne Abóbora corada Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Grão-de-Bico Nuggets caseiro (assado) Abobrinha refogada Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Feijão Ovo estrelado Cenoura ondulada Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Feijão Carne moída Purê de Mandioquinha Salada Fruta e Suco</p>
<b>Segunda 11</b>	<b>Terça 12</b>	<b>Quarta 13</b>	<b>Quinta 14</b>	<b>Sexta 15</b>
<p>Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Couve-flor salteada Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Feijão Bife de Panela Chuchu refogado Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Feijão Filé de Peixe (empanado) Milho no vapor Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Feijão Picadinho de Frango Polenta cremosa Salada Fruta e Suco</p>	<p>Macarrão ao sugo Carne desfiada Repolho refogado c/ Cenoura Salada Fruta e Suco</p>
<b>Segunda 18</b>	<b>Terça 19</b>	<b>Quarta 20</b>	<b>Quinta 21</b>	<b>Sexta 22</b>
<p>Arroz e Feijão Kibe assado Espinafre c/ Queijo branco Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Farofa Nutritiva (c/ aveia) Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Feijão Omelete na chapa Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Feijão Carne assada c/ molho Couve refogada Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Feijão Filé de Peixe (grelhado) Batata doce Rústica Salada Fruta e Suco</p>
<b>Segunda 25</b>	<b>Terça 26</b>	<b>Quarta 27</b>	<b>Quinta 28</b>	<b>Quinta 29</b>
<p>Arroz e Feijão Filé de Frango Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Feijão Picadinho de Carne Cenoura c/ Ervilhas Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Feijão Filé Mignon Suíno Batata assada Salada Fruta e Suco</p>	<p>Arroz e Feijão Frango desfiado c/ Requeijão Beterraba ondulada Salada Fruta e Suco</p>	<p>Macarrão ao sugo Carne moída Abobrinha no vapor Salada Fruta e Suco</p>

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