

CARDÁPIO DE JANTAR - PLACE KIDS E TEENS - JULHO

	Terça 01	Quarta 02	Quinta 03	Sexta 04
	Arroz e Feijão Iscas de Frango Viradinho de Vagem Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Carne desfiada Abóbora corada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (grelhado) Polenta Cemosa Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Frango Cenoura ondulada Salada Fruta e Suco
Segunda 07	Terça 08	Quarta 09	Quinta 10	Sexta 11
Arroz e Feijão Bife de Panela Farofa Nutritiva (c/ aveia) Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Milho no vapor Salada Fruta e Suco	FERIADO	Arroz e Feijão Omelete na chapa Batata doce corada Salada Fruta e Suco	Macarrão ao sugo Carne moída Chuchu no vapor Salada Fruta e Suco
Segunda 14	Terça 15	Quarta 16	Quinta 17	Sexta 18
Arroz e Feijão Picadinho de Carne Couve-flor no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé Mignon Suíno Abobrinha refogada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Frango desfiado Beterraba no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Iscas de Carne Couve refogada Salada Fruta e Suco	Arroz e Lentilha Filé de Peixe (empanado) Batata Sauté Salada Fruta e Suco
Segunda 21	Terça 22	Quarta 23	Quinta 24	Sexta 25
Arroz e Feijão Kibe assado Creme de Espinafre Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Frango Palitos de Cenoura Salada Fruta e Suco	Macarrão ao sugo Escalopinho ao molho Ervilhas no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Frango assado Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Ovo estrelado Purê de Batata Salada Fruta e Suco
Segunda 28	Terça 29	Quarta 30	Quinta 31	Cila Omine Nutricionista CRN3 5440 
Arroz e Feijão Carne assada c/ molho Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Torta de Frango c/ Legumes Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Nuggets caseiro (c/ aveia) Repolho refogado Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Carne moída Creme de Milho Salada Fruta e Suco	

Obs.

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