

PLACE TEENS - CARDÁPIO DE ALMOÇO - SETEMBRO

Segunda 01	Terça 02	Quarta 03	Quinta 04	Sexta 05
Arroz e Feijão Isclas de Frango Creme de Milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Escalopinho ao molho Batata sauté Salada Fruta e Suco	Espaguete ao sugo Filé de Frango Cenoura ondulada c/ Ervilhas Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Carne moída Abóbora corada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Omelete na chapa Batata bolinha dourada Salada Fruta e Suco
Segunda 08	Terça 09	Quarta 10	Quinta 11	Sexta 12
Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Milho na manteiga Salada Fruta e Suco	Arroz Strogonoff de Carne Batata Palha Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Filé Mignon Suíno Couve refogada Salada Fruta e Suco	Penne ao sugo Cubinhos de Frango grelhados Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (empanado) Purê de Batata Salada Fruta e Suco
Segunda 15	Terça 16	Quarta 17	Quinta 18	Sexta 19
Arroz e Feijão Carne desfiada Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Ovo estrelado Batata assada Salada Fruta e Suco	Parafuso ao sugo Filé de Frango Chuchu refogado c/ Milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Bife de Panela Farofa Nutritiva (c/ aveia) Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Bobó de Frango Beterraba no vapor Salada Fruta e Suco
Segunda 22	Terça 23	Quarta 24	Quinta 25	Sexta 26
Arroz Strogonoff de Frango Batata Rústica Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (grelhado) Polenta cremosa Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Carne moída c/ Legumes (Cenoura e Batata) Salada Fruta e Suco	Espaguete ao sugo Filé Mignon Suíno Abobrinha no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Frango desfiado c/ milho e requeijão Repolho refogado Salada Fruta e Suco
Segunda 29	Terça 30			Cila Omine Nutricionista CRN3 5440 <i>Cila Omine Ikatu</i>
Arroz e Feijão Picadinho de Carne Farofa Nutritiva (c/ aveia) Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Frango assado Creme de Milho Salada Fruta e Suco			

Obs.

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