

PLACE KIDS E TEENS - CARDÁPIO DE JANTAR - SETEMBRO

Segunda 01	Terça 02	Quarta 03	Quinta 04	Sexta 05
Arroz e Feijão Carne desfiada Farofa Nutritiva (c/ aveia) Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Abobrinha refogada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (grelhado) Milho no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé Mignon Suíno Purê de Mandioquinha Salada Fruta e Suco	Macarrão ao sugo Picadinho de Carne Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco
Segunda 08	Terça 09	Quarta 10	Quinta 11	Sexta 12
Arroz e Feijão Bife de Panela Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Frango Chuchu refogado Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Ovo estrelado Polenta cremosa Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Carne moída Beterraba no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Frango assado Cenoura ondulada Salada Fruta e Suco
Segunda 15	Terça 16	Quarta 17	Quinta 18	Sexta 19
Macarrão ao sugo Isclas de Frango Milho no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Carne assada c/ molho Couve refogada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (empanado) Pirão Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Frango desfiado c/ Legumes Salada Fruta e Suco	Arroz e Lentilha Filé Mignon Suíno Creme de Espinafre Salada Fruta e Suco
Segunda 22	Terça 23	Quarta 24	Quinta 25	Sexta 26
Arroz e Feijão Kibe assado Couve-flor no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Viradinho de Vagem Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Omelete na chapa Abóbora corada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Picadinho de Frango Creme de Milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Escalopinho ao molho Batata assada Salada Fruta e Suco
Segunda 29	Terça 30			Cila Omine Nutricionista CRN3 5440 <i>Cila Omine Ikato</i>
Arroz e Feijão Filé de Frango Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco	Macarrão ao sugo Carne moída Ervilhas no vapor Salada Fruta e Suco			

Obs.

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