

JANTAR SETEMBRO 2018

data	dia	acomp	acomp	prato principal	guarnição 1	guarnição 2
1/set	sábado	arroz	feijão	asa de frango frita	polenta	couve flor
2/set	domingo	arroz	feijão	costelinha frita	batata com bacon	couve
3/set	segunda-feira	arroz	feijão	linguiça frita	batata frita	brócolis
4/set	terça-feira	arroz	feijão	asa de frango assada	creme de milho	repolho
5/set	quarta-feira	arroz	feijão	pernil assado	batata com bacon	couve
6/set	quinta-feira	arroz	feijão	coxa e sobrecoxa refogada	pure de batatas	brócolis
7/set	sexta-feira	arroz	feijão	carne moída	farofa	chicória
8/set	sábado	arroz	feijão	costelinha refogada	polenta	brócolis
9/set	domingo	arroz	feijão	peito de frango assado	lasanha	couve
10/set	segunda-feira	arroz	feijão	linguiça assada	macarronada	couve flor
11/set	terça-feira	arroz	feijão	asa de frango frita	pure de batatas	repolho
12/set	quarta-feira	arroz	feijão	costelinha refogada	batata com bacon	couve
13/set	quinta-feira	arroz	feijão	linguiça frita	farofa	brócolis
14/set	sexta-feira	arroz	feijão	coxa e sobrecoxa refogada	creme de milho	repolho
15/set	sábado	arroz	feijão	linguiça frita	batata com bacon	couve flor
16/set	domingo	arroz	feijão	peito de frango assado	macarronada	brócolis
17/set	segunda-feira	arroz	feijão	carne moída	batata doce	couve
18/set	terça-feira	arroz	feijão	asa de frango frita	creme de milho	couve flor
19/set	quarta-feira	arroz	feijão	linguiça assada	pure de batatas	brócolis
20/set	quinta-feira	arroz	feijão	coxa e sobrecoxa refogada	farofa	couve
21/set	sexta-feira	arroz	feijão	costelinha refogada	batata com bacon	couve flor
22/set	sábado	arroz	feijão	pernil assado	macarrão alho e óleo	repolho
23/set	domingo	arroz	feijão	coxa e sobrecoxa refogada	creme de milho	couve
24/set	segunda-feira	arroz	feijão	linguiça assada	farofa	brócolis
25/set	terça-feira	arroz	feijão	costelinha refogada	batata gratinada	repolho
26/set	quarta-feira	arroz	feijão	asa de frango frito	pure de batatas	couve flor
27/set	quinta-feira	arroz	feijão	pernil assado	macarronada	couve
28/set	sexta-feira	arroz	feijão	linguiça frita	farofa	brócolis
29/set	sábado	arroz	feijão	carne moída	batata com bacon	couve flor
30/set	domingo	arroz	feijão	coxa e sobrecoxa frita	pure de batatas	couve
1/out	segunda-feira	arroz	feijão	asa de frango frita	macarrão alho e óleo	couve flor