

**NOVEMBRO /2020**

Segunda – 02/11	Terça – 03/11	Quarta – 04/11	Quinta – 05/11	Sexta – 06/11
<b>FERIADO</b>	<b>Carne moída</b> <b>Batata Doce no forno</b> <b>Arroz / Feijão</b> <b>Salada de Alface e Tomate</b> <b>Fruta</b>	<b>Filé acebolado</b> <b>Arroz / Feijão Branco</b> <b>Farofa Caseira</b> <b>Salada de Berinjela</b> <b>Fruta</b>	<b>Lasanha</b> <b>Frango assado</b> <b>Salada de Vagem</b> <b>Fruta</b>	<b>Moqueca de Peixe</b> <b>Arroz / Feijão</b> <b>Purê de Mandioquinha</b> <b>Salada de Tomate, Cenoura e</b> <b>Beterraba</b> <b>Fruta</b>
Segunda – 09/11	Terça – 10/11	Quarta – 11/11	Quinta – 12/11	Sexta – 13/11
<b>Omelete de Tapioca com</b> <b>Queijo e Tomate</b> <b>Arroz / Feijão</b> <b>Salada de Agrião</b> <b>Fruta</b>	<b>Frango a passarinho</b> <b>no forno</b> <b>Arroz/ Lentilha</b> <b>Palitinho de Pepino</b> <b>com Coalhada</b> <b>Fruta</b>	<b>Feijoada</b> <b>Arroz / Feijão Preto</b> <b>Couve refogada</b> <b>Farofa caseira</b> <b>Laranja em pedaços</b>	<b>Espaguete ao Pomodoro</b> <b>Almôndegas de Carne</b> <b>Suflê de Chuchu</b> <b>Fruta</b>	<b>Coxinha de Frango ao Forno</b> <b>Arroz / Feijão</b> <b>Purê de Batata</b> <b>Salada de Repolho</b> <b>Fruta</b>
Segunda – 16/11	Terça – 17/11	Quarta – 18/11	Quinta – 19/11	Sexta – 20/11
<b>Isca de Carne</b> <b>Arroz/ Lentilha</b> <b>Salada de Beterraba</b> <b>Fruta</b>	<b>Torta de Frango com</b> <b>Catupiry</b> <b>Arroz/ Feijão</b> <b>Espinafre refogado</b> <b>Fruta</b>	<b>Polenta cremosa</b> <b>com Carne moída</b> <b>Arroz/ Feijão</b> <b>Salada de Alface e Cenoura</b> <b>Fruta</b>	<b>Macarrão parafuso</b> <b>ao alho e óleo</b> <b>com Brócolis</b> <b>Torta de Carne</b> <b>Salada de Tomate cereja</b> <b>Fruta</b>	<b>FERIADO</b>
Segunda – 23/11	Terça – 24/11	Quarta – 25/11	Quinta – 26/11	Sexta – 27/11
<b>Omelete de Queijo</b> <b>Arroz / Feijão</b> <b>Chuchu refogado</b> <b>Fruta</b>	<b>Carne de panela com</b> <b>Grão de Bico</b> <b>Arroz</b> <b>Salada de Tomate e Milho</b> <b>Fruta</b>	<b>Estrogonofe de Frango</b> <b>Arroz / Feijão</b> <b>Batata Palito no forno</b> <b>Fruta</b>	<b>Espaguete ao sugo</b> <b>Bolinho de Couve-Flor</b> <b>com Queijo</b> <b>Salada de Rúcula</b> <b>Fruta</b>	<b>Filé de Pescada</b> <b>Arroz / Feijão</b> <b>Purê de Mandioquinha</b> <b>Cenoura na manteiga</b> <b>Fruta</b>
Segunda – 30/11				
<b>Panqueca de Carne</b> <b>Arroz / Feijão</b> <b>Legumes ao Forno</b> <b>Fruta</b>				