

APM das Escolas de Ensino Básico da Fundação Cardápio – 3º Semana / OUTUBRO_19

14/10 2ª feira	NÃO LETIVO
15/10 3ª feira	NÃO LETIVO DIA DO PROFESSOR
16/10 4ª feira	Filé de Frango à Milanese/ Linguiça á Espanhola/ Carne Assada Brócolis ao Alho Frito/ Batata Frita/ Quibebe de Mandioca Especial: Espaguete Alho e Óleo/ Rondeli ao Sugo Arroz simples/ Arroz integral Feijão Simples Salada de folhas e legumes Frutas Manjar de Coco c/ Ameixa
17/10 5ª feira	Frango a Passarinho/ Pernil Assado c/ Batata Doce/ Rocambole de Carne Batata Frita/Salgadinhos Dvs/ Creme de Milho/ Verdura Refogada Especial: Parafuso c/ Salsicha / Arroz Primavera Arroz simples/ Arroz integral Feijão Simples Salada de folhas e legumes Frutas Mousse Limão
18/10 6ª feira	Peixe Empanado (Molho Tártaro) / Filé de Frango Parisiense/ Iscas de Carne Grelhadas Bolinho de Arroz/ Pimentão Recheado/ Torta Suíça de batata Especial: Gravata Pizzaiolo/ Bavete ao mo Vermelho c/ Atum Arroz simples/ Arroz integral Feijão Simples Salada de folhas e legumes Frutas Banana Caramelada