

ASA NORTE

<p>08/03/010 SEGUNDA</p> <p>FRANGO Moqueca de Sobre coxa de frango</p> <p>PEIXE Croquete de peixe</p> <p>VEGETARIANO Proteína de soja a Gomes de Sá</p> <p>MASSA Kibe c/ atum e mussarela</p> <p>ESPECIALIDADES Farofa de passas Panqueca de brócolis Risoto de camarão</p> <p>ACOMPANHAMENTO Arroz branco Arroz integral Feijão carioca</p> <p>SOPAS Canja c/ arroz integral Sopa de legumes Caldo de feijão c/ salsicha de frango Sopa Tailandesa</p>	<p>09/03/010 TERÇA</p> <p>FRANGO Frango tailandês</p> <p>PEIXE Dourada assada</p> <p>VEGETARIANO Yakisoba de proteína de soja</p> <p>MASSA Berinjela gratinada</p> <p>ESPECIALIDADES Farofa de ovos Hambúrguer de tofu Legumes c/ limão</p> <p>ACOMPANHAMENTO Arroz branco c/ brócolis Arroz integral Feijão branco</p> <p>SOPAS Canja c/ arroz integral Sopa de legumes Caldo verde Sopa de lentinha</p>	<p>10/03/010 QUARTA</p> <p>FRANGO Brochete de frango</p> <p>PEIXE Moqueca de cação</p> <p>VEGETARIANO Rocambolo de proteína Ricota e espinafre</p> <p>MASSA Nhoque de batata e tomate seco ao molho sugo</p> <p>ESPECIALIDADES Farofa de couve Quiabo frita Espaguete ao alho e óleo</p> <p>ACOMPANHAMENTO Arroz branco Arroz integral Feijão preto</p> <p>SOPAS Canja c/ arroz integral Sopa de legumes Sopa de alho porro Sopa de escarola</p> <p>PATE: Alho</p>	<p>11/03/010 QUINTA</p> <p>FRANGO impa dão de Frango</p> <p>PEIXE Salmão em posta ao molho de maracujá</p> <p>VEGETARIANO Proteína de soja xadrez</p> <p>MASSA Talharim ao molho de laranja e camarão</p> <p>ESPECIALIDADES Farofa de batata palha Vatapá de abóbora Acarajé de soja</p> <p>ACOMPANHAMENTO Arroz branco Arroz integral Feijão de fradinho</p> <p>SOPAS Canja c/ arroz integral Sopa de legumes Sopa de feijão branco Sopa de abobora</p> <p>PATE: Palmito</p>	<p>12/03/010 SEXTA</p> <p>FRANGO Moqueca de frango</p> <p>PEIXE Pescada amarela c/molho de vinho</p> <p>VEGETARIANA proteína de soja c/ legumes</p> <p>MASSA Espaguete a bolonhesa</p> <p>ESPECIALIDADES Farofa de berinjela Lasanha de peito de peru e mussarela Brócolis ao alho e óleo</p> <p>ACOMPANHAMENTO Arroz branco Arroz integral Feijoada vegetariana</p> <p>SOPAS Canja c/ arroz integral Sopa de legumes Caldo de feijão c/ macarrão Creme de cenoura</p> <p>PATE: Cenoura</p>	<p>13//03/010 SABADO</p> <p>FRANGO Frango caipira ao molho de açafrão</p> <p>PEIXE Bacalhau a portuguesa</p> <p>VEGETARIANO Proteína de soja ao molho ao de limão c/ legumes</p> <p>MASSA Pizza fingida mussarela</p> <p>ESPECIALIDADES Farofa ric Batata corada Caldeirada de frutos do mar</p> <p>ACOMPANHAMENTO Arroz branco Arroz integral Feijão carioca</p>
--	--	--	---	---	---