

Ementas

18 de a 22 de outubro de 2021

segunda-feira

Sopa	Sopa de feijão verde
Prato Principal:	Arroz de carnes com legumes e salada
Dieta*:	Bife grelhado com arroz de legumes e salada
Ovolactovegetariana*:	Arroz à Valenciana vegetariano e salada
Sobremesa:	Fruta da época

terça-feira

Sopa	Canja
Prato Principal:	Paloco com natas e salada
Dieta*:	Peixe cozido com batata, legumes cozidos e salada
Ovolactovegetariana*:	Tofulhada com natas e salada
Sobremesa:	Fruta da época

quarta-feira

Sopa	Sopa de agrião
Prato Principal:	Esparguete à Bolonhesa e salada
Dieta*:	Costeleta grelhada, com esparguete e salada
Ovolactovegetariana*:	Esparguete à Bolonhesa de soja e salada
Sobremesa:	Fruta da época

quinta-feira

Sopa	Creme de legumes com cenoura raspada
Prato Principal:	Medalhões de pescada com arroz salada
Dieta*:	Peixe grelhado com arroz e salada
Ovolactovegetariana*:	Cogumelos com legumes salteados e salada
Sobremesa:	Fruta da época Aletria

sexta-feira

Sopa	Sopa de couve lombarda
Prato Principal:	Frango assado com espirais e salada
Dieta*:	Bife de frango com espirais e salada
Ovolactovegetariana*:	Beringela recheada assada com legumes e salada
Sobremesa:	Fruta da época

*Pratos preparados apenas para o alunos com intolerâncias alimentares.