

21 a 25 de novembro de 2022

segunda-feira

Sopa	Sopa de couve flor
Prato Principal:	Esparguete à Bolonhesa e salada
Dieta*:	Bife de frango com esparguete e salada
Ovolactovegetariana*:	Soja à Bolonhesa e salada
Sobremesa:	Fruta da época

terça-feira

Sopa	Creme de alho francês
Prato Principal:	Arroz de tomate com douradinhos no forno e salada
Dieta*:	Peixe cozido com legumes cozidos e salada
Ovolactovegetariana*:	Arroz de tomate com douradinhos vegetarianos no forno e salada
Sobremesa:	Fruta da época

quarta-feira

Sopa	Sopa de espinafres
Prato Principal:	Vitela estufada com ervilhas, batata e salada
Dieta*:	Fêvera grelhada com batata e legumes cozidos e salada
Ovolactovegetariana*:	Ovo escalfado com ervilhas, batata e salada
Sobremesa:	Fruta da época

quinta-feira

Sopa	Sopa de feijão catarino com couve branca
Prato Principal:	Salada de espirais com atum e salada
Dieta*:	Salada de espirais com atum e salada
Ovolactovegetariana*:	Salada de espirais com grão de bico e ovo cozido
Sobremesa:	Gelatina Fruta da época

sexta-feira

Sopa	Sopa de nabiça
Prato Principal:	Bife de frango grelhado com arroz de cenoura e salada
Dieta*:	Bife de frango grelhado com arroz de cenoura e salada
Ovolactovegetariana*:	Tofu grelhado com arroz de cenoura e salada
Sobremesa:	Fruta da época

*Pratos preparados apenas para o alunos com intolerâncias alimentares.