

28 de novembro a 02 de dezembro de 2022

segunda-feira

Sopa	Sopa de couve branca com cenoura raspada
Prato Principal:	Arroz de carne tradicional com legumes e salada
Dieta*:	Bife de peru com arroz, legumes cozidos e/ou salada
Ovolactovegetariana*:	Salada de ervilhas, milho, brócolos, ovo raspado, arroz e salada
Sobremesa:	Fruta da época

terça-feira

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

quarta-feira

Sopa	Sopa à lavrador
Prato Principal:	Lombo assado com espirais e salada
Dieta*:	Fêvera grelhada com espirais e salada
Ovolactovegetariana*:	Beringela recheada e salada
Sobremesa:	Fruta da época

quinta-feira

BOM FERIADO!

sexta-feira

Sopa	Sopa de Macedónia
Prato Principal:	Bife de frango com cogumelos, arroz e salada
Dieta*:	Bife de frango com arroz e salada
Ovolactovegetariana*:	Tirinhas de seitan salteadas com brócolos, arroz e salada
Sobremesa:	Fruta da época

*Pratos preparados apenas para o alunos com intolerâncias alimentares.