

06 a 10 de março de 2023

segunda-feira

Sopa	Creme de legumes com alho francês
Prato Principal:	Empadão de carne e salada
Dieta*:	Bife de frango grelhado com arroz e salada
Ovolactovegetariana*:	Empadão de soja e legumes (ervilhas e cenouras) e salada
Sobremesa:	Fruta da época

terça-feira

Sopa	Sopa de feijão branco
Prato Principal:	Salada de espirais com atum e salada
Dieta*:	Peixe cozido com cenoura, couve, batata e salada
Ovolactovegetariana*:	Salada de espirais com ovo raspado e salada
Sobremesa:	Fruta da época

quarta-feira

Sopa	Sopa de couve-coração
Prato Principal:	Carne grelhada com feijão preto, arroz e salada
Dieta*:	Fêvera grelhada com arroz e salada
Ovolactovegetariana*:	Tirinhas de seitan salteadas com feijão preto, arroz e salada
Sobremesa:	Fruta da época

quinta-feira

Sopa	Sopa de feijão verde
Prato Principal:	Medalhões de pescada com puré e salada
Dieta*:	Peixe grelhado com batata cozida e salada
Ovolactovegetariana*:	Escondidinho vegetariano (tofú, pimento, cebola, tomate, ervilhas e cenoura) e salada
Sobremesa:	Pudim Fruta da época

sexta-feira

Sopa	Creme de cenoura
Prato Principal:	Frango assado com esparguete e salada
Dieta*:	Costeleta grelhada com esparguete e salada
Ovolactovegetariana*:	Beringela recheada com esparguete e salada
Sobremesa:	Fruta da época

*Pratos preparados apenas para o alunos com intolerâncias alimentares