

**15 a 19 de julho de 2024**

---

**segunda-feira**

Sopa	Sopa de grão
Prato Principal:	Carne estufada com cotovelinhos, legumes e salada
Dieta*:	Bife de peru com cotovelinhos, legumes e salada
Ovolactovegetariana*:	Soja estufada com cotovelinhos, legumes e salada
Sobremesa:	Fruta da época

---

**terça-feira**

Sopa	Sopa de couve branca
Prato Principal:	Empadão de atum e salada
Dieta*:	Peixe cozido com batata e brócolos cozidos e salada
Ovolactovegetariana*:	Lentilhas salteadas com cogumelos e legumes (milho, curgete, cebola), arroz e salada
Sobremesa:	Fruta da época

---

**quarta-feira**

Sopa	Sopa de espinafres
Prato Principal:	Lombo assado com batata assada e salada
Dieta*:	Fêvera grelhada com batata cozida e salada
Ovolactovegetariana*:	Tofú no forno com legumes, batata e salada
Sobremesa:	Fruta da época

---

**quinta-feira**

Sopa	Creme de legumes com massinhas
Prato Principal:	Douradinhos no forno com arroz de feijão e salada
Dieta*:	Peixe grelhado com arroz de feijão e salada
Ovolactovegetariana*:	Douradinhos vegetarianos no forno com arroz de feijão e salada
Sobremesa:	Aletria   Fruta da época

---

**sexta-feira**

Sopa	Sopa de agrião
Prato Principal:	Rancho e salada
Dieta*:	Costeleta grelhada com macarronete e salada
Ovolactovegetariana*:	Rancho vegetariano e salada
Sobremesa:	Fruta da época

---

\*Pratos preparados apenas para o alunos com intolerâncias alimentares