

28 a 31 de outubro de 2024

segunda-feira

Sopa	Creme de cenoura com alho francês
Prato Principal:	Hambúrguer de aves no forno com arroz e salada
Dieta*:	Bife de frango com arroz e salada
Ovolactovegetariana*:	Ovo escalfado com legumes, arroz e salada
Sobremesa:	Fruta da época

terça-feira

Sopa	Sopa de couve branca
Prato Principal:	Tentáculos à lagareiro com batata e salada
Dieta*:	Peixe cozido com brócolos, batata cozida e salada
Ovolactovegetariana*:	Tofu à lagareiro com batata e salada
Sobremesa:	Fruta da época

quarta-feira

Sopa	Sopa de feijão
Prato Principal:	Carne de porco assada no forno com esparguete e salada
Dieta*:	Bife de peru com esparguete e salada
Ovolactovegetariana*:	Beringela recheada com soja e salada
Sobremesa:	Fruta da Época

quinta-feira

Sopa	Sopa de couve coração
Prato Principal:	Paloco à Gomes de Sá e salada
Dieta*:	Peixe grelhado com batata cozida e salada
Ovolactovegetariana*:	Alho francês à Gomes de Sá e salada
Sobremesa:	logurte Fruta da época

sexta-feira

BOM FERIADO!

*Pratos preparados apenas para o alunos com intolerâncias alimentares.

Alergénios disponíveis sob consulta junto de um operador

Estefânia Pereira (47260)

(Nutricionista)