

25 a 29 de novembro de 2024

segunda-feira

Sopa	Sopa de feijão manteiga
Prato Principal:	Esparguete à Bolonhesa e salada
Dieta*:	Bife grelhado com esparguete e salada
Ovolactovegetariana*:	Soja à Bolonhesa com esparguete e salada
Sobremesa:	Fruta da época

terça-feira

Sopa	Sopa de agrião
Prato Principal:	Perca assada no forno com arroz e salada
Dieta*:	Perca grelhada com arroz e salada
Ovolactovegetariana*:	Beringela recheada com lentilhas e salada
Sobremesa:	Aletria Fruta da época

quarta-feira

Sopa	Sopa de macedónia
Prato Principal:	Tirinhas de frango salteadas com cogumelos, espirais e salada
Dieta*:	Bife de frango com espirais e salada
Ovolactovegetariana*:	Tirinhas de seitan salteadas com cogumelos, espirais e salada
Sobremesa:	Fruta da Época

quinta-feira

Sopa	Sopa de nabiça
Prato Principal:	Tentáculos à lagareiro com batata e salada
Dieta*:	Peixe cozido com batata cozida e salada
Ovolactovegetariana*:	Tofu à lagareiro com batata e salada
Sobremesa:	Fruta da Época

sexta-feira

Sopa	Sopa de couve-flor
Prato Principal:	Massa à lavrador (porco, peru, feijão, macarrão, cenoura e repolho) com salada
Dieta*:	Fêvera grelhada com macarrão e salada
Ovolactovegetariana*:	Massa à lavrador vegetariana (feijão, legumes e macarrão) com salada
Sobremesa:	Fruta da Época

*Pratos preparados apenas para o alunos com intolerâncias alimentares.

Alergénios disponíveis sob consulta junto de um operador


(Nutricionista)