

02 a 06 de junho de 2025

segunda-feira

Sopa	Sopa de ervilha
Prato Principal:	Carne estufada com legumes, cotovelinhos e salada
Dieta*:	Bife de frango grelhado com cotovelinhos e salada
Ovolactovegetariana*:	Lentilhas à Bolonhesa e salada
Sobremesa:	Fruta da época

terça-feira

Sopa	Sopa à lavrador
Prato Principal:	Arroz de legumes com calamares no forno e salada
Dieta*:	Arroz de legumes com peixe grelhado e salada
Ovolactovegetariana*:	Arroz de legumes com ovo mexido e salada
Sobremesa:	Fruta da época

quarta-feira

Sopa	Sopa de couve-lombarda
Prato Principal:	Tirinhas de frango salteadas com cogumelos, esparguete e salada
Dieta*:	Bife de frango com esparguete e salada
Ovolactovegetariana*:	Tirinhas de seitan salteadas com legumes, esparguete e salada
Sobremesa:	Fruta da época

quinta-feira

Sopa	Sopa de alho francês
Prato Principal:	Tentáculos à lagareiro com batata e salada
Dieta*:	Peixe cozido com batata, brócolos e salada
Ovolactovegetariana*:	Tofu assado no forno com legumes, batata e salada
Sobremesa:	logurte Fruta da época

sexta-feira

Sopa	Sopa de espinafres
Prato Principal:	Grelhada mista com feijão preto, arroz e salada
Dieta*:	Fêvera grelhada com arroz e salada
Ovolactovegetariana*:	Feijão preto com cogumelos salteados, arroz e salada
Sobremesa:	Fruta da época

*Pratos preparados apenas para o alunos com intolerâncias alimentares.