

08 a 12 de dezembro de 2025

segunda-feira

BOM FERIADO!

terça-feira

Sopa	Canja
Prato Principal:	Redfish assado no forno com batatas e salada
Dieta*:	Peixe cozido com batata, brócolos e salada
Ovolactovegetariana*:	Tofu assado no forno com batatas e salada
Sobremesa:	logurte Fruta da época

quarta-feira

Sopa	Sopa de couve-flor
Prato Principal:	Rancho (carne de porco e frango, grão, macarrão e legumes) com salada
Dieta*:	Frango grelhado com macarrão e salada
Ovolactovegetariana*:	Cogumelos salteados com grão, macarrão e salada
Sobremesa:	Fruta da época

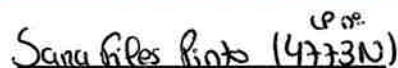
quinta-feira

Sopa	Sopa de repolho
Prato Principal:	Arroz de tomate com douradinhos no forno salada
Dieta*:	Arroz de tomate com peixe grelhado e salada
Ovolactovegetariana*:	Arroz de tomate com douradinhos vegetarianos no forno salada
Sobremesa:	Fruta da Época

sexta-feira

Sopa	Sopa de feijão manteiga
Prato Principal:	Frango assado com espirais e salada
Dieta*:	Costeleta grelhada com espirais e salada
Ovolactovegetariana*:	Omelete com legumes salteados (cenoura, cebola, curgete), espirais e salada
Sobremesa:	Fruta da época

*Pratos preparados apenas para os alunos com intolerâncias alimentares.


Sara Feres Pinto (4773N)

(Nutricionista)

Alergénios disponíveis sob consulta junto de um operador