

02 a 06 de março de 2026

segunda-feira

Sopa	Creme de cenoura com alho francês
Prato Principal:	Hambúguer 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 coração
Prato Principal:	Paloco à Gomes de Sá e salada
Dieta*:	Peixe cozido com batata cozida e salada
Ovolactovegetariana*:	Alho francês à Gomes de Sá e salada
Sobremesa:	Fruta da época

quarta-feira

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

quinta-feira

Sopa	Sopa de abóbora e curgete
Prato Principal:	Calamares no forno com arroz de feijão e salada
Dieta*:	Peixe grelhado com arroz e legumes
Ovolactovegetariana*:	Arroz de feijão e cogumelos salteados e brócolos
Sobremesa:	logurte Fruta da época

sexta-feira

Sopa	Sopa de legumes
Prato Principal:	Esparguete à Bolonhesa e salada
Dieta*:	Costeleta grelhada com esparguete e salada
Ovolactovegetariana*:	Tofu à Bolonhesa e salada
Sobremesa:	Fruta da época

*Pratos preparados apenas para o alunos com intolerâncias alimentares.