

27 a 31 de julho de 2026

segunda-feira

Sopa	Sopa de grão
Prato Principal:	Carne estufada com cotovelinhos, legumes e salada
Dieta*:	Bife de peru com cotovelinhos, legumes e salada
Ovolactovegetariana*:	Legumes estufados com lentilhas, cotovelinhos e salada
Sobremesa:	Fruta da época

terça-feira

Sopa	Sopa de couve-lombarda
Prato Principal:	Redfish assado no forno com puré e salada
Dieta*:	Peixe cozido com batata, couve e salada
Ovolactovegetariana*:	Salada de grão colorida
Sobremesa:	Fruta da Época

quarta-feira

Sopa	Sopa de agrião
Prato Principal:	Almondegas com esparguete e salada
Dieta*:	Costeleta grelhada com esparguete e salada
Ovolactovegetariana*:	Tofu com legumes salteados, esparguete e salada
Sobremesa:	Fruta da época

quinta-feira

Sopa	Canja
Prato Principal:	Medalhões de pescada estufados com arroz e salada
Dieta*:	Peixe grelhado com arroz e salada
Ovolactovegetariana*:	Escondidinho vegetariano e salada
Sobremesa:	Gelatina Fruta da Época

sexta-feira

Sopa	Sopa de feijão manteiga
Prato Principal:	Frango assado com batata assada e salada
Dieta*:	Bife de frango grelhado com batata e legumes cozidos e salada
Ovolactovegetariana*:	Pataniscas de curgete com batata assada e salada
Sobremesa:	Fruta da época

*Pratos preparados apenas para os alunos com intolerâncias alimentares.

Alergénios disponíveis sob consulta junto de um operador.

Sana Gões Pinho CP nº 4773N