



Semana 43: de 25/11/2019 a 29/11/2019

Segunda-Feira 25/11/2019

Sopa	Creme de Legumes
Prato	Rolo de Carne c/ Massa tricolor
Prato Vegetariano	Rolo de Soja c/ Massa Tricolor
Vegetais	Tomate e Alface
Sobremesa	Maça Golden
Pão	Pão de mistura meio sal

Terça-Feira 26/11/2019

Sopa	À portuguesa
Prato	Arroz de Polvo
Prato Vegetariano	Coscuz Salteado c/ Legumes
Vegetais	Alface
Sobremesa	Musse de Chocolate
Pão	Pão de mistura meio sal

Quarta-Feira 27/11/2019

Sopa	Creme de Abóbora c/ Manjeriço
Prato	Bifes de Frango grelhados c/ Arroz Alegre
Prato Vegetariano	Hamburgueres Vegetarianos grelhados c/ Arroz Alegre
Vegetais	Cenoura, Feijão Verde e Ervilhas
Sobremesa	Laranjas
Pão	Pão de mistura meio sal

Quinta-Feira 28/11/2019

Sopa	Nabiças
Prato	Salada de Feijão Frade c/ Aum
Prato Vegetariano	Salada de Feijão Frade c/ Ovo e Quinoa
Vegetais	Tomate e Pepino
Sobremesa	Bananas
Pão	Pão de mistura meio sal

Sexta-Feira 29/11/2019

Sopa	Agrião
Prato	Carne à Portuguesa c/ Batata Frita
Prato Vegetariano	Salada de Tomate c/ Mozzarella c/ Batata Doce Assada
Vegetais	Alface
Sobremesa	Pêra Rocha
Pão	Pão de mistura meio sal