



Semana 58 : de 17/02/2020 a 21/02/2020

Segunda-Feira 17/02/2020

Sopa	Creme de Abóbora
Prato	Panados de Frango c/ Arroz Alegre
Prato Vegetariano	Cuscus c/ Legumes e Ovo cozido
Vegetais	Alface
Sobremesa	Maça Golden
Pão	Pão de mistura meio sal

Terça-Feira 18/02/2020

Sopa	Espinafres
Prato	Salada Russa c/ Atum
Prato Vegetariano	Salada Russa c/ Croquetes Vegetais
Vegetais	Feijão Verde , Ervilhas e Cenoura
Sobremesa	Gelatina
Pão	Pão de mistura meio sal

Quarta-Feira 19/02/2020

Sopa	Nabiças
Prato	Rolo de Carne c/ Massa Tricolor
Prato Vegetariano	Quiche de Legumes
Vegetais	Tomate e Pepino
Sobremesa	Banana
Pão	Pão de mistura meio sal

Quinta-Feira 20/02/2020

Sopa	À Camponesa
Prato	Bacalhau c/ Natas
Prato Vegetariano	Alho Francês à Brás
Vegetais	Alface e Tomate
Sobremesa	Laranjas
Pão	Pão de mistura meio sal

Sexta-Feira 21/02/2020

Sopa	Lombardo
Prato	Costeletas Grelhadas c/ Arroz
Prato Vegetariano	Salsichas de Soja c/ Arroz
Vegetais	Alface
Sobremesa	Pêra Rocha
Pão	Pão de mistura meio sal