

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SEMANA 1 De 2 a 6 de Abril	Sopa de legumes Salsichas c/ arroz de cenoura Fruta ***** logurte c/ bolacha	Massinha de peixe Fruta ***** Leite achocolatado e pão c/ fiambre	Sopa de cenoura Costeletas de cebolada c/ esparguete Fruta ***** Leite c/ cevada e pão c/ marmelada	Canja Peixe cozido c/ legumes ***** Sumo laranja e sandes queijo	Cozido de grão Fruta ***** Cereais
SEMANA 2 De 9 a 13 de Abril	Creme de abóbora Arroz à valenciana Fruta ***** logurte c/ bolacha	Sopa de espinafres Douradinhos c/ arroz de ervilhas Fruta ***** Leite achocolatado e pão c/ fiambre	Creme de agrião Febras de cebolada c/ massinha espiral Fruta ***** Leite c/ cevada e pão c/ marmelada	Creme de repolho Bife de atum c/ batata cozida Fruta ***** Sumo laranja e sandes queijo	Feijoada c/ arroz branco Fruta ***** Cereais
SEMANA 3 De 16 a 20 de Abril	Sopa de espinafres Almôndegas c/ massa Fruta ***** logurte c/ bolacha	Creme de ervilhas Tortilha c/ salada Fruta ***** Leite achocolatado e pão c/ fiambre	Creme de legumes Perú no forno, batata frita e salada Fruta ***** Leite c/ cevada e pão c/ marmelada	Creme de nabiça Empadão de atum c/ salada Fruta ***** Sumo laranja e sandes queijo	Sopa de caldo verde Frango no forno c/ puré Fruta ***** Cereais
SEMANA 4 De 23 a 27 de Abril	Sopa de alface Jardineira de vitela Fruta ***** logurte c/ bolacha	Creme de alho francês Pataniscas c/ arroz de feijão Fruta ***** Leite achocolatado e pão c/ fiambre	FERIADO	Creme de legumes Salada de peixe c/ legumes Fruta ***** Sumo laranja e sandes queijo	Creme de ervilhas Lasanha c/ salada Fruta ***** Cereais
SEMANA 5 30 de Abril	Sopa de espinafres Esparguete à bolonhesa ***** logurte c/ bolacha				

A opção “dieta” deve ser solicitada na véspera ou no próprio dia até às 9.30h.