

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SEMANA 1 De 1 a 2 de Fevereiro				Sopa de cenoura e beringela Peixe à portuguesa Fruta ***** Sumo de laranja e sandes de queijo	Creme de abóbora Frango de fricassé c/ esparguete Fruta ***** Cereais com leite
SEMANA 2 De 5 a 9 de Fevereiro	Creme de brócolos Bifes de peru c/ arroz de milho Fruta ***** logurte com bolacha	Sopa de feijão verde Massinha de salmão Fruta ***** Leite achocolatado e pão com fiambre	Sopa de cenoura c/ ervilhas Vitela estufada com esparguete Fruta ***** Leite com cevada e pão com marmelada	Sopa de grão c/ espinafres Arroz de peixe Fruta ***** Sumo de laranja e sandes de queijo	Creme de abóbora Pizza Fruta ***** Cereais com leite
SEMANA 3 12 a 16 de Fevereiro	Massinha de peixe Fruta ***** logurte com bolacha	CARNAVAL	Canja Croquetes c/ arroz de ervilhas Fruta ***** Leite com cevada e pão com marmelada	Sopa de agrião Choco estufado c/ batatas Fruta ***** Sumo de laranja e sandes de queijo	Feijoada c/ arroz branco Fruta ***** Cereais com leite
SEMANA 4 De 19 a 23 de Fevereiro	Sopa caldo verde Costeletas de cebolada c/ macarrão Fruta ***** logurte com bolacha	Sopa Juliana Peixe cozido c/ legumes Fruta ***** Leite achocolatado e pão com fiambre	Sopa alho francês Arroz de pato Fruta Fruta ***** Leite com cevada e pão com marmelada	Sopa de cenoura c/ ervilhas Bife de atum c/ legumes Salada de frutas ***** Sumo de laranja e sandes de queijo	Sopa feijão verde Perú no forno c/ puré Fruta ***** Cereais com leite
SEMANA 4 De 26 a 28 de	Creme ervilhas Esparguete à bolonhesa	Creme de abóbora Bacalhau c/ grão e	Sopa feijão Lasanha vegetariana		

Setembro	Fruta ***** iogurte com bolacha	legumes Fruta ***** Leite achocolatado e pão com fiambre	Fruta Fruta ***** Leite com cevada e pão com marmelada		
-----------------	---------------------------------------	--	--	--	--

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