

Semana

10 a 14 Janeiro

2ª Feira

Sopa	Canja
Prato	Frango assado com esparguete
Salada/Legumes	Alface e tomate
Sobremesa	Fruta da época
	Pão de Mistura

3ª Feira

Sopa	Canja
Prato	Arroz de Peixe
Salada/Legumes	Alface e tomate
Sobremesa	Fruta da época
	Pão de Mistura

4ª Feira

Sopa	Agrião
Prato	Carne de porco guisada com massa
Salada/Legumes	Cenoura ralada
Sobremesa	Fruta da época
	Pão de Mistura

5ª Feira

Sopa	Creme de Legumes
Prato	Pescada cozida com todos (batata, cenoura, ½ ovo)
Salada/Legumes	Couve flor cozida
Sobremesa	Iogurte
	Pão de Mistura

6ª Feira

Sopa	Feijão verde
Prato	Empadão de vitela
Salada/Legumes	Tomate
Sobremesa	Fruta da época
	Pão de Mistura