

EMENTA

SEGUNDA-FEIRA

Entradas

Pão
Caldo Verde

Prato Principal

Lasanha de Vitela
PV – Lasanha Vegetariana
Salada de Tomate

Sobremesa

Gelatina
ou
Peça de Fruta da Época

TERÇA-FEIRA

Entradas

Pão
Creme de Cenoura

Prato Principal

Peskitos no Forno com Arroz Pilaf
PV – Tofu Grelhado com Arroz Pilaf
Salada de Alface e Cenoura

Sobremesa

Bolo de Cenoura
ou
Peça de Fruta da Época

QUARTA-FEIRA

Entradas

Pão
Creme de Ervilhas

Prato Principal

Bifinhos de Frango Grelhados
com Arroz Cenoura
PV – Omeleta de Legumes
com Arroz Cenoura
Salada de Cenoura e Tomate

Sobremesa

Gelatina
ou
Peça de Fruta da Época

QUINTA-FEIRA

Entradas

Pão
Canja de Galinha

Prato Principal

Pastéis de Bacalhau no Forno
com Arroz de Tomate
PV – Falafel com Arroz de Tomate
Salada Verde

Sobremesa

Bolo de Chocolate
ou
Peça de Fruta da Época

SEXTA-FEIRA

Entradas

Pão
Sopa da Horta

Prato Principal

Hambúrguer com Batata Frita e Arroz
PV – Hambúrguer de Espinafres
com Batata Frita e Arroz
Salada de Tomate

Sobremesa

Gelatina
ou
Peça de Fruta da Época

LANCHE

Manhã

Sandes de Queijo/ Manteiga/ Fiambre
Peça de Fruta

Tarde

Sandes de Queijo/ Manteiga/ Fiambre
Sumo