

18.set a 22.set	<i>SOPA</i>	Sopa de couve lombarda e feijão vermelho	Creme de legumes	Sopa de lentilhas com nabiças	Creme de espinafres	Sopa de ervilhas
	<i>PRATO</i>	Lombo de porco assado fatiado com massa fusili cor	Filetes de cavala estufados em cebolada com arroz de agrião	Ovos mexidos com salsa picada com esparguete estufado em ervilhas e cenoura	Medalhões de Pescada no forno e batatinha assada com ervas aromáticas, acompanhados com feijão verde e cenoura	Frango no tacho com couve portuguesa, cenoura, nabo e feijão branco, acompanhado com arroz
	<i>VEGETARIANO</i>	Bifes de seitan estufados com cogumelos, ervilhas e cenoura com massa fusili cor cozida	Arroz de feijão com cogumelos, ervilhas e cenoura	Esparguete vegetariano com cogumelos (tomate, feijão branco, ervilhas, cenoura, curguete)	Grão de bico à jardineira (batata, cenoura, cebola e brocolos)	Estufado de 3 feijões (encarnado, preto, catarino) e couve lombarda com arroz
	<i>SALADA/VEGETAIS</i>	Salada de alface lisa, agrião e tomate	Salada de tomate, cenoura ralada e milho	Salada de alface frisada, rucula e tomate	Feijão verde e palitos de cenoura cozida	Couve portuguesa, cenoura e nabo cozidos
	<i>SOBREMESA</i>	fruta da época	fruta da época	fruta da época	fruta da época	fruta da época
	<i>LANCHE</i>	Pão bola mistura com manteiga leite simples Palitos de cenoura	Pão bola mistura com queijo iogurte aromas 1 peça fruta	Pão fatia centeio com fiambre aves leite simples 1 peça fruta	Pão bola mistura com manteiga iogurte natural 1 peça fruta	Pão bola mistura com queijo leite simples 1 peça fruta