

Segunda-feira (21/10/2019)



ALMOÇO

Creme de legumes com couve galega

Douradinhos de pescada no forno com arroz de cogumelos e salada de alface, tomate e pepino

Fruta da época

LANCHE

Leite com cevada

Papo seco com fiambre de peru e creme vegetal de barrar



Terça-feira (22/10/2019)



ALMOÇO

Sopa camponesa

Peru estufado com massa de laços, chuchu, cenoura, beringela e hortelã

Fruta da época

LANCHE

iogurte aroma

Pão com queijo e creme vegetal de barrar

Quarta-feira (23/10/2019)



ALMOÇO

Creme de grão com hortelã

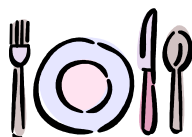
Paloco gratinado com batata, espinafres, juliana e coentros

Fruta da época

LANCHE

Leite simples

Papo seco com mortadela de peru e creme vegetal de barrar



Quinta-feira (24/10/2019)



ALMOÇO

Sopa de brócolos

Arroz de frango com salada de alface, cenoura, milho e beterraba

Fruta da época

LANCHE

iogurte *aroma de tuti-fruti* com flocos de aveia e canela

Fruta da época

Sexta-feira (25/10/2019)



ALMOÇO

Creme de legumes com peixe (perca) e massinha cotovelos

Salada russa (atum, feijão frade, batata, cenoura, feijão verde, alface e tomate)

Fruta da época

LANCHE

Leite com cereais (tipo: corn flakes; chocapic)

