

SEMANA

Exploradores à vista · 6 aos 7 anos

Há aventura no Pavilhão · 8 aos 12 anos

24 a 28 de Junho · 8 a 12 de Julho · 22 a 26 de Julho
5 a 9 de Agosto · 19 a 23 de Agosto · 2 a 6 de Setembro

2.^a feira

SOPA · Creme de Cenoura

PRATO · Strogonoff de Peru e arroz branco

DIETA · Bifes de Peru grelhados c/ arroz cenoura

OP. VEGETARIANA · Strogonoff de legumes

SOBREMESA · Fruta

LANCHE · 1 Pão de Leite misto + 1 sumo de fruta

3.^a feira

SOPA · Creme de Espinafres

PRATO · Lombinhos de Salmão em molho c/ batata cozida

DIETA · Lombinhos de Pescada cozida c/ batata e legumes

OP. VEGETARIANA · Empadão de soja

SOBREMESA · Gelatina

LANCHE · 1 Sanduíche mista + 1 iogurte líquido

4.^a feira

SOPA · Creme de Alho Francês

PRATO · Bifinhos de Frango c/ tagliatelli, tomate e orégãos

DIETA · Bifinhos de Frango grelhados c/ arroz branco

OP. VEGETARIANA · Couscous de legumes

SOBREMESA · Fruta

LANCHE · 1 Pão de Leite misto + 1 leite c/ chocolate

5.^a feira

SOPA · Creme de Legumes

PRATO · Lombinhos de Pescada cozida c/ batata e legumes

DIETA · Pescada cozida c/ batata

OP. VEGETARIANA · Brás de legumes

SOBREMESA · Mousse Chocolate

LANCHE · 1 Sanduíche mista + 1 sumo de fruta

6.^a feira

SOPA · Creme de Abóbora Menina

PRATO · Bolonhosa de Vaca

DIETA · Cozido simples (frango e vitela cozidos c/ arroz legumes)

OP. VEGETARIANA · Bolonhosa de soja

SOBREMESA · Fruta

LANCHE · 1 Pão de Leite misto + 1 iogurte líquido

SEMANA

O fascinante mundo da ciência · 6 aos 7 anos

Nada é impossível · 8 aos 12 anos

1 a 5 de Julho · 15 a 19 Julho · 29 de Julho a 2 de Agosto
12 de Agosto a 16 de Agosto* · 26 de Agosto a 30 de Agosto

2.^a feira

SOPA · Creme de Cenoura

PRATO · Arroz de Pato

DIETA · Bifes de Peru grelhados c/ arroz cenoura

OP. VEGETARIANA · Tortilha vegetariana

SOBREMESA · Fruta

LANCHE · 1 Pão de Leite misto + 1 sumo de fruta

3.^a feira

SOPA · Creme de Espinafres

PRATO · Empadão de Atum

DIETA · Lombinhos de Pescada cozida c/ batata e legumes

OP. VEGETARIANA · Empadão de vegetais

SOBREMESA · Gelatina

LANCHE · 1 Sanduíche mista + 1 iogurte líquido

4.^a feira

SOPA · Creme de Alho Francês

PRATO · Hamburguer de Vitela com esparguete

DIETA · Bifinhos de Frango grelhados c/ arroz branco

OP. VEGETARIANA · Lasanha vegetariana

SOBREMESA · Fruta

LANCHE · 1 Pão de Leite misto + 1 leite c/ chocolate

5.^a feira

SOPA · Creme de Legumes

PRATO · Douradinhos de peixe c/arroz cenoura

DIETA · Pescada cozida c/ batata

OP. VEGETARIANA · Brás de legumes

SOBREMESA · Mousse Chocolate

LANCHE · 1 Sanduíche mista + 1 sumo de fruta

6.^a feira

SOPA · Creme de Abóbora Menina

PRATO · Almôndegas de Vaca c/puré

DIETA · Cozido simples (frango e vitela cozidos c/ arroz legumes)

OP. VEGETARIANA · Couscous de legumes

SOBREMESA · Fruta

LANCHE · 1 Pão de Leite misto + 1 iogurte líquido

* Dia 15 de Agosto não se realiza "Férias com Ciência"

NOTA: A refeição servida será o prato principal.

Caso pretenda outra indique-a no documento de autorização, no campo "indicação especial relativa à criança".

Inscrições: 21 891 71 04 • reservas@pavconhecimento.pt