

2.^a Feira

SOPA · Creme de Cenoura
PRATO · Strogonoff de Perú c/ arroz branco
DIETA · Bifes de Perú 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 Pescada no forno c/ batatinha assada
DIETA · Lombinhos de Pescada cozida c/ batata e legumes
OP. VEGETARIANA · Empadão de soja
SOBREMESA · Gelatina
LANCHE · 1 Sanduiche mista + 1 iogurte líquido

4.^a Feira

SOPA · Creme de Alho Francês
PRATO · Bifinhos de Frango c/ puré, 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 · Douradinhos de peixe c/arroz cenoura
DIETA · Pescada cozida c/ puré
OP. VEGETARIANA · Brás de legumes
SOBREMESA · Mousse Chocolate
LANCHE · 1 Sanduiche mista + 1 sumo de fruta

6.^a Feira

SOPA · Creme de Ervilhas
PRATO · Bolonhesa de Vaca
DIETA · Cozido simples (frango e vitela cozidos c/ arroz legumes)
OP. VEGETARIANA · Bolonhesa de soja
SOBREMESA · Fruta
LANCHE · 1 Pão de Leite misto + 1 iogurte líquido

2.^a Feira

SOPA · Creme de Cenoura
PRATO · Arroz de Pato
DIETA · Bifes de Perú 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 Sanduiche mista + 1 iogurte líquido

4.^a Feira

SOPA · Creme de Alho Francês
PRATO · Lasanha de Frango e cenoura
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 · Rissóis de Pescada c/ arroz tomate
DIETA · Pescada cozida c/ puré
OP. VEGETARIANA · Brás de legumes
SOBREMESA · Mousse Chocolate
LANCHE · 1 Sanduiche mista + 1 sumo de fruta

6.^a Feira

SOPA · Creme de Ervilhas
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

NOTA: A refeição servida será o prato principal.

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