

Semana de 26 de Abril a 02 de Maio

2^a 26	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Creme de Cenoura Roti de peru com esparguete Pescada corada com puré de batata e legumes Piza de legumes Doce, fruta ou iogurte
3^a 27	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Brócolos Bacalhau com natas Febras grelhadas com arroz de cenoura Crepes de legumes e soja Doce, fruta ou iogurte
4^a 28	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Abóbora com massinhas Frango assado com batata frita Solha grelhada com batata e legumes Pimentos recheados Doce, fruta ou iogurte
5^a 29	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão Verde Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão Carne de vaca estufada simples com massa Ovos mexidos com legumes e arroz Doce, fruta o iogurte
6^a 30	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Rancho a moda de Viseu Peixe espada grelhado com batata e legumes Jardineira de soja Doce, fruta ou iogurte
SAB 01	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Lulas guisadas com puré de batata Bife de vaca grelhado com esparguete Doce, fruta ou iogurte
DOM 02	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Legumes Carne de porco assada com arroz Abrotea estufada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte

A salada é servida à parte



Semana de 26 de Abril a 02 de Maio

2^a 26	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	<p>Creme de Cenoura</p> <p>Salgados diversos com açorda</p> <p>Frango grelhado com esparguete</p> <p>Doce, fruta ou iogurte</p>
3^a 27	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	<p>Brócolos</p> <p>Arroz de aves</p> <p>Filetes no forno com batata e legumes</p> <p>Doce, fruta ou iogurte</p>
4^a 28	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	<p>Abóbora com massinhas</p> <p>Red fish assado com batata corada</p> <p>Costeletas grelhadas com arroz</p> <p>Doce, fruta ou iogurte</p>
5^a 29	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	<p>Feijão Verde</p> <p>Carbonara de fiambre e salsichas</p> <p>Pescada cozida com batata e legumes</p> <p>Doce, fruta o iogurte</p>
6^a 30	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	<p>Espinafres</p> <p>Douradinhos com arroz de tomate</p> <p>Jardineira de frango</p> <p>Doce, fruta ou iogurte</p>
SAB 01	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	<p>Juliana</p> <p>Rolo de carne com massa</p> <p>Filetes de pescada no forno com batata e legumes</p> <p>Doce, fruta ou iogurte</p>
DOM 02	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	<p>Legumes</p> <p>Empadão de atum com arroz</p> <p>Hambúrguer grelhado com espirais</p> <p>Doce, fruta ou iogurte</p>

A salada é servida à parte