

Semana de 07 a 13 Agosto 2023

2 ^a 07	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Crème de Cenoura Bifinhos de porco com natas e cogumelos e arroz branco Salmão grelhado com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
3 ^a 08	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Legumes Solha à Delícia com puré de batata Cozido simples Doce, fruta ou iogurte
4 ^a 09	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Lombardo Grelhada mista com feijão preto e arroz Pescada no forno com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
5 ^a 10	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Salada de atum com feijão frade Bife de frango grelhado com arroz Doce, fruta o iogurte
6 ^a 11	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão com legumes Almondegas estufadas com esparguete Perca grelhada com batata cozida e legumes Doce, fruta ou iogurte
SAB 12	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Filetes de pescada no forno com macedónia Bife de vaca grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte
DOM 13	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Crème de legumes Jardineira de vitela Solha grelhada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte

A salada é servida à parte



Semana de 07 a 13 de Agosto 2023

<p>2ª 07</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>Crème de Cenoura Lulas guisada com ervilhas e cenoura e batata cozida Frango estufado simples com talharim Doce, fruta ou iogurte</p>
<p>3ª 08</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>legumes Perna de peru assada com arroz de cenoura Rolo de pescada estufado com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte</p>
<p>4ª 09</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>Lombardo Fritada mista com jardineira de legumes Hambúrguer grelhado com esparguete Doce, fruta ou iogurte</p>
<p>5ª 10</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>Espinafres Arroz de Aves Salmão grelhado com batata e legumes Doce, fruta o iogurte</p>
<p>6ª 11</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>Feijão com legumes Meia desfeita de bacalhau Bife de porco grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte</p>
<p>SAB 12</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>Juliana Rolo de carne misto com batata frita Pescada cozida com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte</p>
<p>DOM 13</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>Crème de legumes Empadão de peixe com espinafres Frango corado simples com massa Doce, fruta ou iogurte</p>