



Semana de 29 de Janeiro a 04 de Fevereiro 2024

2 ^a 29	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Chilli de carne Perca grelhada com batata e legumes Caril de Grão com espinafres e pimentos e arroz branco Doce, fruta ou iogurte
3 ^a 30	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Legumes Fritada mista com arroz de feijão Frango corado simples com arroz de cenoura Rissóis vegetarianos com arroz Doce, fruta ou iogurte
4 ^a 31	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Lombardo Arroz à Valenciana Rolo de pescada no forno com puré de batata Strogonoff de soja com puré Doce, fruta ou iogurte
5 ^a 01	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão com legumes Atum com salada de feijão frade Febras de porco grelhadas com esparguete Tomate recheado com legumes e salada de feijão frade Doce, fruta o iogurte
6 ^a 02	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Canja Feijoada à brasileira Salha grelhada com batata e legumes Jardineira de soja Doce, fruta ou iogurte
SAB 03	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Pescada Frita com arroz de tomate Escalopes de frango grelhados com massa Doce, fruta ou iogurte
DOM 04	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Crème de legumes Strogonoff de porco com puré misto Tintureira de tomatada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte

A salada é servida à parte

2024-1-24



Semana de 29 de Janeiro a 04 de Fevereiro 2024

2ª 29	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Salgados diversos com açorda Febras de porco grelhadas com arroz Doce, fruta ou iogurte
3ª 30	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	legumes Rolo de carne com batata Frita Solha grelhada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
4ª 31	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Lombardo Massada de peixe Perna de peru assada simples com arroz e legumes Doce, fruta ou iogurte
5ª 01	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão com legumes Costeletas fritas com arroz de tomate Pescada cozida com batata e legumes Doce, fruta o iogurte
6ª 02	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Canja Jardineira de Pota Escalopes de frango grelhados com massa Doce, fruta ou iogurte
SAB 03	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Arroz de aves à antiga Filetes gratinados com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
DOM 04	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Crème de legumes Almofadinhas de atum com salada russa Frango cozido com hortelã e arroz branco Doce, fruta ou iogurte

A salada é servida à parte