

Semana de 21 a 27 Agosto 2023

<p>2^a 21</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>Crème de Cenoura Frango de tomatada com esparguete salteada Pescada estufada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte</p>
<p>3^a 22</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>Legumes Bacalhau à rosa do Adro Jardineira de carne simples Doce, fruta ou iogurte</p>
<p>4^a 23</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>Lombardo Perna de peru no forno com arroz de ervilhas Solha grelhada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte</p>
<p>5^a 24</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>Espinafres Pescada à Francesa (Pescada Frita com Migas de Feijão- Frade) Frango assado com macarrão Doce, fruta o iogurte</p>
<p>6^a 25</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>Feijão com legumes Feijoada à villa Verdense Red-fish assado com batata corada Doce, fruta ou iogurte</p>
<p>SAB 26</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>Juliana Posta de pescada no forno com molho de canoura e batata cozida Frango grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte</p>
<p>DOM 27</p>	<p>SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA</p>	<p>Crème de legumes Lasanha de carne Carapau grelhado (Filetes) batata e legumes Doce, fruta ou iogurte</p>

A salada é servida à parte

Semana de 21 a 27 de Agosto 2023

2^a 21	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Crème de Cenoura Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate Costeletas grelhadas com arroz Doce, fruta ou iogurte
3^a 22	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	legumes Carne de porco no forno com batata assada Filetes gratinados com puré de batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
4^a 23	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Lombardo Solha no forno com arroz alegre Carne de vaca estufada com alho francês e puré de batata Doce, fruta ou iogurte
5^a 24	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Febras de porco à portuguesa com bata cozida Perca assada simples com arroz e legumes Doce, fruta o iogurte
6^a 25	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão com legumes Fritada mista com açorda Bife de porco grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte
SAB 26	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Coxinhas de frango fritas com arroz de cenoura Pescada cozida com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
DOM 27	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Crème de legumes Salada de feijão frade com atum Hambúguer misto grelhado com talharim Doce, fruta ou iogurte