



Dia da Semana	Almoço	Lanche
2ª Feira	<p>Sopa: Legumes Prato: Douradinhos no forno com arroz de cenoura e salada Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Lanche da Manhã: Leite e pão com manteiga Lanche da Tarde: Leite Pão com queijo ou manteiga</p>
3ª Feira	<p>Sopa: Alho francês Prato: Jardineira de Perú Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Lanche da Manhã: Leite e pão com manteiga Lanche da Tarde: Iogurte Pão com marmelada ou manteiga</p>
4ª Feira	<p>Sopa: Espinafres Prato: Maruca no forno com batata e brócolos cozidos Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Lanche da Manhã: Leite e pão com manteiga Lanche da Tarde: Leite Pão com chouriço ou manteiga</p>
5ª Feira	<p>Sopa: Nabiças Prato: Almondegas com esparguete e salada Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Lanche da Manhã: Leite e pão com manteiga Lanche da Tarde: Iogurte Pão com queijo ou manteiga</p>
6ª Feira	<p>Sopa: Legumes Prato: Atum com feijão-frade e ovo cozido Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Lanche da Manhã: Leite e pão com manteiga Lanche da Tarde: Leite Pão com fiambre ou manteiga</p>