



Dia da Semana	Almoço	Lanche
2ª Feira	<p>Sopa: Curgete e Cenoura Prato: Rissóis – Arroz de cenoura e brócolos 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: Legumes Prato: Feijoada Simples (perú, feijão, cenoura, lombardo), Arroz branco Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Lanche da Manhã: Leite e pão com manteiga Lanche da Tarde: logurte Pão com marmelada ou manteiga</p>
4ª Feira	<p>Sopa: Espinafres Prato: Lasanha de atum, alface e tomate Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Lanche da Manhã: Leite e pão com manteiga Lanche da Tarde: Leite Pão com chourição ou manteiga</p>
5ª Feira	<p>Sopa: Alho francês Prato: Rolo de carne, esparguete, alface e tomate Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Lanche da Manhã: Leite e pão com manteiga Lanche da Tarde: logurte Pão com queijo ou manteiga</p>
6ª Feira	<p>Sopa: Nabiças Prato: Lulas guisadas, arroz branco Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Lanche da Manhã: Leite e pão com manteiga Lanche da Tarde: Leite Pão com fiambre ou manteiga</p>