



Dia da Semana	Almoço	Lanche
2ª Feira	<p>Sopa: Legumes Prato: Panados de Perú com massa espiral 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: Pescada cozida com batata cenoura e ovo 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: Hambúrguer grelhado, 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 chourição ou manteiga</p>
5ª Feira	<p>Sopa: Nabiças Prato: Bacalhau à Brás com 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: Legumes Prato: Frango estufado, esparguete e salada Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Lanche da Manhã: Leite e pão com manteiga Lanche da Tarde: Leite Pão com fiambre ou manteiga</p>

4ª SEMANA