

		Carne		Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	06 out	Sopa	Creme de legumes		Creme de legumes
		Prato	Almôndegas c/arroz branco		Almôndegas vegetarianas c/ arroz branco
		Vegetais	Salada mista		Salada mista
		Sobremesa	Fruta		Fruta
		Pão	Pão		Pão
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Terça-feira	07 out	Sopa		Cenoura com pão torrado	Cenoura com pão torrado
		Prato		Peixe grelhado c/legumes	Tortilha de Legumes
		Vegetais		Salada mista	Salada mista
		Sobremesa		Fruta	Fruta
		Pão		Pão	Pão
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quarta-feira	08 out	Sopa	Agrião		Agrião
		Prato	Grelhada mista com esparguete		Salsichas soja grelhadas c/ esparguete
		Vegetais	Salada mista		Salada mista
		Sobremesa	Fruta		Fruta
		Pão	Pão		Pão
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quinta-feira	09 out	Sopa		Nabiça	Nabiça
		Prato		Jardineira de lulas	Feijão guisado c/massa e ovo escalfado
		Vegetais		Salada mista	Salada mista
		Sobremesa		Fruta	Fruta
		Pão		Pão	Pão
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Sexta-feira	10 out	Sopa	Creme de coentros		Creme de coentros
		Prato	Frango guisado com puré de batata		Tomatada c/ovo e pão torrado
		Vegetais	Salada mista		Salada mista
		Sobremesa	Fruta		Fruta
		Pão	Pão		Pão
		V. Calórico			
		Alergénicos			