



SEMANA 25/02/2019 a 01/03/2019

(alterada)

	2ª FEIRA - 25/02/2019	3ª FEIRA - 26/02/2019	4ª FEIRA - 27/02/2019	5ª FEIRA - 28/02/2019	6ª FEIRA - 01/03/2019
SOPA	Alho-francês e abóbora	À Lavrador (sem carne ou enchidos)	Brócolos com ervilhas	Canja com cenoura (s/ miúdos)	Creme de lentilhas
PRATO	Massa espiral com atum e legumes salteados	Strogonoff de novilho com arroz branco	Chicharros com batata, legumes e brócolos cozidos	Frango guisado com esparguete	Filetes de peixe com arroz de legumes
PRATO VEGETARIANO a)	Soja estufada com arroz de legumes	Beringela recheada assada com lentilhas e legumes e batata-doce	Carbonara de ervilhas com massa espiral	Strogonoff de seitan com cogumelos e arroz	Curgete recheada assada com batata
	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)
SOBREMESA	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época	Fruta da época/logurte	Frutas da época
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

a) Não há registos de alunos exclusivamente vegetarianos.

O CONSELHO EXECUTIVO

EM VIGOR DE 25/02/2019 a 01/03/2019