



Semana 53: de 13/01/2020 a 17/01/2020

Segunda-Feira 13/01/2020

Sopa	Lombardo
Prato	Perca à Lagareiro c/ Batata Assada e Bróculos
Prato Vegetariano	Salada de Cuscus c/ Legumes Salteados
Vegetais	Bróculos
Sobremesa	Laranjas
Pão	Pão de mistura meio sal

Terça-Feira 14/01/2020

Sopa	Abóbora
Prato	Strogonoff de Frango c/ Massa Tricolor
Prato Vegetariano	Salsichas de Tofu c/ Bróculos, Natas e Massa Tricolor
Vegetais	Tomate e Pepino
Sobremesa	Clementinas
Pão	Pão de mistura meio sal

Quarta-Feira 15/01/2020

Sopa	Caldo Verde
Prato	Jardineira de Lulas
Prato Vegetariano	Jardineira de Soja
Vegetais	Alface
Sobremesa	Gelatina
Pão	Pão de mistura meio sal

Quinta-Feira 16/01/2020

Sopa	Couve Coração
Prato	Bifanas de Cebolada c/ Batata Cozida
Prato Vegetariano	Hamburguer Vegetariano c/ Batata Cozida
Vegetais	Alface e Cenoura
Sobremesa	Bananas
Pão	Pão de mistura meio sal

Sexta-Feira 17/01/2020

Sopa	Espinafres
Prato	Solha Frita c/ Arroz de Feijão
Prato Vegetariano	Croquetes de Legumes c/ Arroz de Feijão
Vegetais	Alface e Tomate
Sobremesa	Maça Golden
Pão	Pão de mistura meio sal