

		Carne	Peixe
Segunda-feira	20 jul	Sopa	
		Prato	
		Vegetais	
		Sobremesa	
		Pão	
		V. Calórico	
		Alergénicos	
		ALHO FRANCÊS	
Terça-feira	21 jul	Sopa	PURÉ DE LENTILHAS C/ ESPINAFRES
		Prato	LACINHOS C/ ATUM
		Vegetais	ALFACE / TOMATE / CENOURA RALADA
		Sobremesa	MAÇÃ / KIWI / LARANJA
		Pão	PÃO MISTURA
		V. Calórico	
		Alergénicos	
		ALMÔNDEGAS C/ ESPARGUETE	
Quarta-feira	22 jul	Sopa	
		Prato	
		Vegetais	
		Sobremesa	
		Pão	
		V. Calórico	
		Alergénicos	
		JULIANA	
Quinta-feira	23 jul	Sopa	CREME DE CENOURA
		Prato	BACALHAU À BRÁS
		Vegetais	TOMATE / PEPINO / ALFACE
		Sobremesa	BANANA / PÊRA / CLEMENTINA
		Pão	PÃO MISTURA
		V. Calórico	
		Alergénicos	
		FRANGO ASSADO C/ ARROZ DE ERVILHAS E CENOURA	
Sexta-feira	24 jul	Sopa	
		Prato	
		Vegetais	
		Sobremesa	
		Pão	
		V. Calórico	
		Alergénicos	
		CREME DE LEGUMES	
		Sopa	
		Prato	
		Vegetais	
		Sobremesa	
		Pão	
		V. Calórico	
		Alergénicos	
		BIFANAS C/ ARROZ DE CENOURA	