

Segunda-feira

Reforço da Manhã	Pêra com gressinos
Sopa	Sopa de couve branca
Almoço	Pescada cozida com todos (ovo, batata, cenoura e penca)
Sobremesa	Maçã
Lanche	Leite simples com pão de centeio com manteiga

Terça-feira

Reforço da Manhã	Manga com pão de centeio simples
Sopa	Sopa de alho francês
Almoço	Lombo assado com esparguete cozido e salada de tomate
Sobremesa	Pêra
Lanche	Leite com Nestum (0% açúcares adicionados)

Quarta-feira

Reforço da Manhã	Uva com tostas
Sopa	Sopa de sabóia
Almoço	Carapau grelhado com arroz de tomate e salada de alface
Sobremesa	Laranja
Lanche	Iogurte de aroma/iogurte natural e pão de centeio com queijo

Quinta-feira

Reforço da Manhã	Abacaxi com pão
Sopa	Sopa de penca e feijão
Almoço	Coelho estufado com puré de batata e legumes salteados
Sobremesa	Banana
Lanche	Leite simples e bolacha Maria

Sexta-feira

Reforço da Manhã	Papaia com bolacha de água e sal	
Sopa	Creme de cenoura	
Almoço	Filetes de pescada com arroz de legumes	
Sobremesa	Melão	
Lanche	Iogurte de aroma/iogurte natural e pão de centeio com fiambre	