



### Segunda-feira

Sopa	Creme de legumes
Prato Normal	Bife de vaca frito com ovo estrelado, arroz branco, feijão preto e salada de alface
Prato Dieta	Bife de vaca grelhado com ovo escalfado, arroz branco, feijão preto e salada de alface
Sobremesa	Maçã
Lanche	Leite/chá/cevada e pão de centeio com manteiga

### Terça-feira

Sopa	Sopa de sabóia
Prato Normal	Pescada estufada com salada russa e salada de tomate
Prato Dieta	Pescada estufada "ao natural" com salada russa e salada de tomate
Sobremesa	Banana
Lanche	Leite/chá/cevada e pão de centeio com compota (0% açúcar)

### Quarta-feira

Sopa	Feriado
Prato Normal	
Prato Dieta	
Sobremesa	
Lanche	

### Quinta-feira

Sopa	Sopa de couve flor
Prato Normal	Bifana de frango com massa e legumes salteados
Prato Dieta	Bifana de frango "ao natural" com massa e legumes salteados
Sobremesa	Pêra
Lanche	Leite/Chá/Cevada e pão de centeio com queijo

### Sexta-feira

Sopa	Sopa de espinafres
Prato Normal	Salmão grelhado com batata a murro e salada de alface
Prato Dieta	Salmão grelhado com batata a murro e salada de alface
Sobremesa	Salada de fruta
Lanche	Leite/chá/cevada e pão de centeio com manteiga