

Semana de 17 de agosto a 21 de agosto de 2026

Segunda-feira

Sopa	Sopa de vagens
Prato Normal	Massa à Lavrador com cenoura, coração e feijão vermelho
Prato Dieta	Massa à Lavrador "ao natura" com cenoura, coração e feijão vermelho
Sobremesa	Laranja
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com manteiga

Terça-feira

Sopa	Sopa de legumes
Prato Normal	Peixe-vermelho assado com arroz branco e salada de alface
Prato Dieta	Peixe-vermelho assado "ao natural" com arroz branco e salada de alface
Sobremesa	Melão
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com compota

Quarta-feira

Sopa	Sopa de abóbora com couve branca
Prato Normal	Bifes de peru panados com esparguete e legumes salteados
Prato Dieta	Bifes de peru grelhados com esparguete e legumes salteados
Sobremesa	Banana
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com queijo

Quinta-feira

Sopa	Creme de cenoura
Prato Normal	Caldeirada de Peixe com batata, salada de alface e tomate
Prato Dieta	Caldeirada de Peixe com batata, salada de alface e tomate
Sobremesa	Maçã
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com manteiga

Sexta-feira

Sopa	Sopa de alho francês
Prato Normal	Lombo estufado com arroz à primavera
Prato Dieta	Lombo estufado com arroz à primavera
Sobremesa	Salada de fruta
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com fiambre