

SEGUNDA - FEIRA Nº I

Kcal

SOPA	Feijão verde	86
PRATO	Almondegas estufadas com esparguete	293
SALADA	Salada	57
SOBREMESA	Fruta	36
PÃO	Pão de mistura	67

Total (Kcal) 539

TERÇA - FEIRA

SOPA	Ervilhas	93
PRATO	Lombinhos de peixe no forno com Arroz	297
SALADA	Legumes	57
SOBREMESA	Doce	84
PÃO	Pão de mistura	67

Total (Kcal) 598

QUARTA - FEIRA

SOPA	Sopa da horta	119
PRATO	Perna de porco estufada com massa espiral	381
SALADA	Salada	57
SOBREMESA	Fruta	36
PÃO	Pão de mistura	67



Total (Kcal) 660

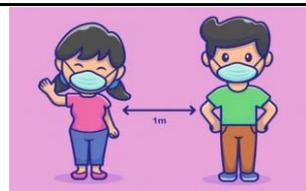
QUINTA - FEIRA

SOPA	Courgette	86
PRATO	Meia desfeita de bacalhau	291
SALADA	Salada	57
SOBREMESA	Iogurte de aromas	89
PÃO	Pão de mistura	67

Total (Kcal) 590

SEXTA - FEIRA

SOPA	Cenoura com lombardo	95
PRATO	Empadão de Carne	276
SALADA	Salada mista	57
SOBREMESA	Fruta	36
PÃO	Pão de mistura	67



Total (Kcal) 531