


DIA	PRATO	EMENTA 12 a 16 fevereiro
2ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Alho francês com curgete
	<i>Prato</i>	Chili com arroz branco e salada
	<i>Dieta</i>	Bife de frango grelhado com arroz branco e salada
	<i>Vegetariano</i>	Chili vegetariano (feijão encarnado, milho, cenoura) com arroz branco
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época/ logurte
3ª FEIRA	<i>Sopa</i>	
	<i>Prato</i>	
	<i>Dieta</i>	
	<i>Vegetariano</i>	
	<i>Sobremesa</i>	
4ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Ervilhas e cenoura
	<i>Prato</i>	Bacalhau espiritual (migas paloco)
	<i>Dieta</i>	Pescada cozida com batata e brócolos
	<i>Vegetariano</i>	Salteado de legumes com grão-de-bico e batata cozida
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época/ logurte
5ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Lombardo
	<i>Prato</i>	Frango assado com esparguete e oregãos
	<i>Dieta</i>	Frango assado simples com esparguete
	<i>Vegetariano</i>	Esparguete com estufado de ratatui
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época/ logurte
6ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Espinafres com cenoura
	<i>Prato</i>	Abrótea gratinada com macedónia de legumes e batata cozida
	<i>Dieta</i>	Abrótea cozida com macedónia de legumes e batata cozida
	<i>Vegetariano</i>	Estufado de cogumelos com tomate e arroz de milho e cenoura
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época / logurte / Pudim de caramelo