

			Carne	Peixe	Vegetariano
Terça-feira	09 dez	Sopa		Alho Francês	Alho Francês
		Prato		Pescada à brás	Legumes à Brás
		Vegetais		Salada mista	Salada mista
		Sobremesa		Fruta da época (3 variedades)	Fruta da época (3 variedades)
		Pão		Pão de Mistura 70 g	Pão de Mistura 70 g
		V. Calórico		865 Kcal	834 Kcal
		Alergénicos		Glúten	Glúten
Quarta-feira	10 dez	Sopa	Creme de abóbora		Creme de abóbora
		Prato	Cozido de Grão c/ Carne de Porco		Quiche de Legumes
		Vegetais	Salada mista		Salada mista
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão de Mistura 70 g		Pão de Mistura 70 g
		V. Calórico	816 Kcal		382 Kcal
		Alergénicos	Glúten		Glúten
Quinta-feira	11 dez	Sopa		Juliana	Juliana
		Prato		Bacalhau c/molho de bechamel	Salada russa
		Vegetais		Salada mista	Salada mista
		Sobremesa		Fruta da época (3 variedades)	Fruta da época (3 variedades)
		Pão		Pão de Mistura 70 g	Pão de Mistura 70 g
		V. Calórico		930 Kcal	668 Kcal
		Alergénicos		Glúten	Glúten
Sexta-feira	12 dez	Sopa	Agrião		Agrião
		Prato	Frango assado c/batata frita		Ervilhas com ovos
		Vegetais	Salada mista		Salada mista
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão de Mistura 70 g		Pão de Mistura 70 g
		V. Calórico	815 Kcal		382 Kcal
		Alergénicos	Glúten		Glúten, Glúten