

## Município de Sobral de Monte Agraço

### DE 13 A 17 MAIO DE 2019

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<b>Sopa</b>	Creme de couve-flor e ervilhas	Abóbora com massinhas	Couve portuguesa e grão de bica	Legumes	Espinafres
<b>Prato</b>	Macarrão com pescada em molho de tomate e oregãos	Carne de porco assada com feijão preto e arroz	Salada colorida de peixe	Arroz de aves com cenoura	Filetes de abrótea no forno com puré
<b>Prato Vegetariano</b>	Crocante de courgete e tofu com macarrão	Feijão preto estufado com cenoura, couve e arroz	Salteado de beringela, courgete, pimento e lentilhas com esparguete	Arroz com soja e legumes	Caçarola de legumes
<b>Dieta</b>	Pescada cozida ao natural com batata cozida e legumes	Febras grelhadas com arroz branco e legumes	Saladinha russa simples de peixe, batata e feijão verde	Arroz de aves simples	Filetes de abrótea ao natural com cenoura cozida
<b>Complemento Horticola</b>	Alface, couve em juliana e milho	Beterraba, alface e pepino	Alface, cenoura e tomate	Legumes cozidos	Salada mista
<b>Fruta</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta