

Município de Sobral de Monte Agraço

DE 27 A 31 JANEIRO DE 2019

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Creme de macedónia	Canja com massinhas	Sopa de espinafres e grão	Sopa de abóbora e repolho	Creme de legumes
Prato	Douradinhos no forno com arroz alegre	Feijoada à portuguesa com arroz branco	Tintureira aromatizada no forno com batata	Macarrão com frango, cenoura e feijão verde	Lombinhos de Salmão no forno com ervas aromáticas e arroz
Dieta	Pescada estufada ao natural com arroz alegre	Febras grelhadas com arroz branco e legumes	Tintureira ao natural com batata e legumes	Frango ao assado ao natural com batata e legumes	Salmão grelhados com batata e legumes
Prato Vegetariano	Salada de legumes com seitan	Saladinha de feijão e legumes	Massa primaveril	Empadão de cogumelos e brócolos	Soja granulada estufada com tomate e repolho
Complemento Horticola	Salada de alface, pepino e couve roxa	Legumes cozidos	Salada mista	Salada mista	Legumes salteados
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta