

Município de Sobral de Monte Agraço

DE 09 A 13 MARÇO DE 2020

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Repolho e cenoura	Couve flôr e feijão catarino	Couve lombarda	Creme de macedónia	Nabiças
Prato	Hamburguer de aves no forno com esparguete	Filetes de pescada no forno com salada de batata e legumes	Rancho (frango, porco, grão, macarrão, cenoura e lombardo)	Arinca assada com arroz de legumes	Rolo de carne no forno com massa fusilli
Dieta	Hamburguer grelhado com legumes	Filetes de pescada ao natural com legumes	Febras grelhadas com legumes	Arinca grelhada com legumes	Hamburguer grelhado com legumes
Prato Vegetariano	Esparguete com legumes	Caçarola de legumes	Massinha de grão com cenoura	Legumes salteados com massinha	Legumes salteados com arroz
Complemento Horticola	Salada de cenoura, couve roxa e milho	Salada mista	Salada de alface, tomate e pepino	Ervilha, cenoura e feijão verde salteados	Salada mista
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta