

Município de Sobral de Monte Agraço

DE 18 A 22 DE FEVEREIRO DE 2019

| | 2ª Feira | 3ª Feira | 4ª Feira | 5ª Feira | 6ª Feira |
|------------------------------|--|-----------------------------------|--|---|--|
| Sopa | Canja | Alho francês | Espinafres com grão | Abóbora e repolho | Couve galega |
| Prato | Empadão de atum com legumes | Feijoada à portuguesa com arroz | Tintureira aromatizada no forno com batata | Macarrão com frango, cenoura, couve-flor e feijão verde | Filete de abrótea gratinado com molho de cenoura e arroz |
| Prato Vegetariano | Crocante de courgete e tofu com macarrão | Salada de grão com massa couscous | Strogonoff de ervilhas e cogumelos | Macarronete com feijão, tomate e legumes | Abóbora assada com feijão preto e arroz |
| Complemento Horticola | Legumes salteados | Couve portuguesa | Alface e tomate | Beterraba, cenoura e tomate | Couve roxa, pepino e maçã |
| Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |