

		Carne	Peixe
Segunda-feira	17 nov	Sopa	Creme de Coentros
		Prato	Douradinhos com Arroz de Cenoura
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta Diversa
		Pão	Pão de Mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Terça-feira	18 nov	Sopa	Peixe
		Prato	Arroz de Pato
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta Diversa
		Pão	Pão de Mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Quarta-feira	19 nov	Sopa	Nabiça
		Prato	Feijão Frade com Atum e Ovo
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta Diversa
		Pão	Pão de Mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Quinta-feira	20 nov	Sopa	Espinafres
		Prato	Frango Estufado com esparguete
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta Diversa
		Pão	Pão de Mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Sexta-feira	21 nov	Sopa	Agrião
		Prato	Bacalhau à Brás
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta Diversa
		Pão	Pão de Mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	