

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
04/02/2019 Arroz / Feijão Bife à Parmegiana Quiche de Espinafre Jardineira de Legumes Saladas Fruta	05/02/2019 Arroz / Lentilha Filet de Frango Grelhado Hachis Parmentier Vagem Refogada Saladas Iogurte / Fruta	06/02/2019 Arroz / Feijão Preto Bife à Camões Linguado Grelhado Couve Refogada Farofa de Banana da Terra Saladas Fruta	07/02/2019 Arroz / Feijão Filet ao M. Alcaparras Penne Integral com Rúcula e Tomate Seco Brócolis com Cenoura Palito Saladas Iogurte Natural com Mel / Fruta	08/02/2019 Arroz / Feijão Escalopinho ao M. Funghi Batata Recheada com Catupiry Legumes à Valenciana Saladas Fruta
11/02/2019 Arroz / Feijão Stroganoff de Carne Empadão de Legumes Fritas Saladas Fruta	12/02/2019 Arroz / Feijão Preto Filet à Francesa Espetinho de Frango Grelhado Farofa de Cenoura com Linhaça Saladas Iogurte Natural com Mel / Fruta	13/02/2019 Arroz / Feijão Paella Escalopinho de Alcatra Couve Flor à Dorê Saladas Fruta	14/02/2019 Arroz / Feijão Filet de Frango ao M. Aspargos Verdes Lasanha 2 Queijos Legumes Festivos Saladas Iogurte / Fruta	15/02/2019 Arroz / Feijão Moqueca de Peixe Bife à Milanese Batata ao Forno com Alecrim Saladas Fruta
18/02/2018 Arroz / Feijão Alcatra Grelhada Frango à La King Mandioquinha com Ervilha Sautés Saladas Fruta	19/02/2019 Arroz / Lentilha Filet de Frango à Milanese Carne de Panela Creme de Milho Saladas Pêssego em Calda / Fruta	20/02/2019 Arroz / Feijão Escondidinho de Carne Seca Baby Beef Grelhado Escarola Refogada Saladas Fruta	21/02/2019 Arroz à Primavera / Feijão Filet de Frango ao M. Champignon Nhoque à Bolonhesa Brócolis com Tomate Cereja Saladas Parfait de Frutas Vermelhas / Fruta	22/02/2019 Arroz / Feijão Salmão Grelhado Goulash Purê de Batatas Saladas Fruta
25/02/2019 Arroz / Lentilha Filet com Queijo Torta de Atum Espinafre com Passas Saladas Fruta	26/02/2019 Arroz / Feijão Picadinho de Carne à Brasileira Filet de Frango Grelhado Saladas Sorvete / Fruta	27/02/2019 Arroz / Feijão Risoto de Limão Siciliano Tornedos de Filet Bolinho de Abobrinha Saladas Fruta	28/02/2019 Arroz / Feijão Almôndegas ao Sugo Talharim Verde na Manteiga Legumes Sautés Saladas Iogurte Natural com Mel / Fruta	01/03/2019 Arroz / Feijão Filet de Peixe à Milanese Espetinho de Carne com Legumes Purê de Abóbora Saladas Fruta