

Menu de julho 2014



Segunda- feira		7 Sopa de cenoura, trigo e abóbora. Omelete com arroz e salada de tomate. Laranja	14 Creme de grão, alface e cenoura. Perú com cuscuz e couve-flor. Pera	21 Sopa de lentilhas com couve branca. Lulas com batata e macedónia. Maçã	28 Sopa de legumes. Feijoada, arroz e cenoura. Laranja
Terça- feira	1 Feriado	8 Sopa de agrião e abóbora. Cabrito com massa de cotovelo e legumes. Maçã	15 Sopa de feijão-verde. Peixe com arroz de feijão e salada. Banana	22 Sopa de couve-flor, feijão e cenoura. Massa de cotovelo pescada, cenoura e ervilhas. Laranja	29 Sopa de espinafres e brócolos. Filete de espada com batata e tomate. Pera
Quarta- feira	2 Caldo verde. Perú com lentilhas, esparguete e legumes. Laranja	9 Caldo de peixe. Milho com espada. Banana	16 Sopa de boganga, cenoura e couve. Esparguete à bolonhesa. Maçã	23 Sopa de pimentela e lentilhas. Filete de abrótea no forno com arroz de tomate e cenoura. Maçã	30 Caldo verde. Perú com lentilhas, esparguete e legumes. Laranja
Quinta- feira	3 Sopa de feijão verde e abóbora amarela. Peixe com arroz e salada. Banana	10 Sopa de couve-flor, espinafres e tomate. Frango assado com arroz e salada. Pera	17 Sopa especial. Pescada com batata e legumes. Pera	24 Sopa de brócolos, nabo e couve-flor. Macarrão de frango e salada. Pera	31 Sopa de feijão verde e abóbora amarela. Peixe com arroz e salada. Banana
Sexta- feira	4 Sopa de tomate, alho francês e cenoura. Coelho com massa e legumes. Maçã	11 Sopa de favas, acelgas e abóbora tenra. Salada de atum. Pera	18 Sopa de batata-doce, courgette e alho francês. Porco com massa parafuso e couve-flor. Laranja	25 Sopa de brócolos, nabo e couve-flor. Macarrão de frango e salada. Laranja	