



SEMANA 4					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	Cenoura com Agrião	Abóbora com fava	Canja de galinha (s/miudos nem peles)	Creme de alface	Feijão com Nabijas
PRATO	Salada de Atum com batata e feijão-frade (atum, feijão-frade, batata, cenoura)	<i>Stroganoff</i> de vaca com legumes salteados	Feijoada (feijão, carne, chouriço)	Frango estufado com ervilhas (c/ molho de tomate)	Filetes de Peixe grelhados/assados
		Esparguete	Arroz branco	Massa com legumes	Batata Assada /Cozida
	Salada de legumes*1	Salada de legumes*1	Salada de legumes*1	Salada de legumes*1	Salada de legumes*1
SOBREMESA	Fruta da época*2	Fruta da época*2	Fruta da época*2	Gelatina + Fruta da época	Fruta da época*2
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

\*1 Salada de legumes crus (composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – alface, beterraba, cenoura, couve-roxa, pepino, pimentos, repolho, tomate, outros) ou cozidos/salteados (em jardineira, macedónia ou outro, composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – abóbora, beringela, brócolos, cenoura, curgete, couve (diferentes variedades), couve-flor, feijão-verde, milho, outros)

\*2 Devem existir pelo menos duas variedades diárias de fruta – Variar entre ameixa, banana, clementina, kiwi, laranja, maçã, melancia, melão, meloa, morango, nectarina, nêspera, pera, pêsego, tangerina, uvas, outros. Quando sobremesa látea ou gelatina, deverá existir pelo menos 1 variedade diária de fruta. Durante a semana, devem ser disponibilizadas pelo menos 3 variedades de fruta.

ASSINATURA DO C. EXECUTIVO

EM VIGOR DE \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ A \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_