

Refeições Escolares novembro de 2024

Seg	Ter	Qua	Qui	Sex
				1
4 AL Pão de mistura AL Sopa de espinafres AL Salada de tomate e pepino AL Tortilha de atum c/ arroz AL Fruta da Época	5 AL Pão de mistura AL Creme de legumes AL Salada de alface e cenoura AL Massa com peito de frango AL Fruta da Época	6 AL Pão de mistura AL Sopa de nabo, cenoura e couve branca AL Salada de alface, cenoura e beterraba AL Caldeirada de lulas AL Gelatina	7 AL Pão de mistura AL Sopa de feijão verde AL Legumes variados AL Massa com peitinho de frango AL Fruta da Época	8 AL Pão de mistura AL Creme de abóbora AL Salada de tomate e pepino AL Filetes de pescada AL Arroz branco AL Fruta da Época
11	12 AL Pão de mistura AL Sopa de espinafres AL Salada de alface, cenoura e beterraba AL Massa de Vitela AL Leite de Creme	13 AL Pão de mistura AL Sopa de cenoura e brócolos AL Salada de alface e cenoura AL Bacalhau à brás AL Fruta da Época	14 AL Pão de mistura AL Sopa de feijão branco c/ couve lombarda AL Salada de tomate e pepino AL Frango assado c/ arroz de cenoura AL Fruta da Época	15 AL Pão de mistura AL Sopa de nabo, cenoura e couve branca AL Salada de alface e cenoura AL Lombo assado com batata AL Fruta da Época
18 AL Pão de mistura AL Juliana de legumes AL Salada de tomate e pepino AL Panados de Frango AL Massa à italiana AL Fruta da Época	19 AL Pão de mistura AL Creme de legumes AL Salada de alface, cenoura e beterraba AL Filetes de pescada AL Arroz branco AL Fruta da Época	20 AL Pão de mistura AL Sopa de alho francês AL Salada de tomate e pepino AL Fêveras grelhadas c/ massa de feijão AL Arroz Doce	21 AL Pão de mistura AL Sopa de cenoura e brócolos AL Vitela estufada c/ legumes e batata cozida AL Fruta da Época	22 AL Pão de mistura AL Sopa de espinafres AL Salada de alface, cenoura e beterraba AL Massa de salmão AL Fruta da Época
25 AL Pão de mistura AL Creme de legumes AL Salada de alface e cenoura AL Douradinhos no forno c/ arroz de cenoura AL Fruta da Época	26 AL Pão de mistura AL Sopa de cenoura e brócolos AL Salada de alface, cenoura e beterraba AL Massa à italiana AL Fruta da Época	27 AL Pão de mistura AL Sopa de espinafres AL Salada de alface e cenoura AL Rancho AL Fruta da Época	28 AL Pão de mistura AL Sopa de feijão vermelho c/ couve portuguesa AL Salada de tomate e pepino AL Meia desfeita de bacalhau AL Batata cozida AL Iogurte	29 AL Pão de mistura AL Creme de abóbora AL Salada de alface, cenoura e beterraba AL Arroz de pato AL Fruta da Época