



OUTUBRO 2017



1ª Semana

2ª Feira 02-out

PRATO:
SOPA:
SOBREMESA:

FERIADO

3ª Feira 03-out

PRATO:
SOPA:
SOBREMESA:

FERIADO

4ª Feira 04-out

PRATO: CARNE ASSADA C/ BATATAS E CENOURA
SOPA: CREME DE CENOURA COM AGRIÃO
SOBREMESA: GELATINA

5ª Feira 05-out

PRATO:
SOPA:
SOBREMESA:

FERIADO

6ª Feira 06-out

PRATO: MINCHI- SALADA
SOPA: LEGUMES
SOBREMESA: SALADA DE FRUTA

2ª Semana

2ª Feira 09-out

PRATO: CARNE DE VACA ESTUFADA C/ ESPARGUETE
SOPA: LEGUMES
SOBREMESA: SALADA DE FRUTA

3ª Feira 10-out

PRATO: FILETES DE PEIXE C/ MOLHO DE MILHO
SOPA: CALDO VERDE
SOBREMESA: FRUTA

4ª Feira 11-out

PRATO: PERNA DE GALINHA ASSADA C/ SALADA
SOPA: CALDO VERDE
SOBREMESA: FRUTA

5ª Feira 12-out

PRATO: BIFINHOS COM COGUMELOS - VEGETAIS
SOPA: CANJA DE GALINHA
SOBREMESA: FRUTA

6ª Feira 13-out

PRATO: COSTELETA PANADA C/ BABATA FRITA
SOPA: LEGUMES
SOBREMESA: FRUTA



OUTUBRO 2017



3ª Semana

2ª Feira 16-out

PRATO: OMOLETE C/ CARNE PICADA

SOPA: AGRIÃO

SOBREMESA: GELATINA

3ª Feira 17-out

PRATO: FILETES C/ ARROZ DE CENOURA

SOPA: AGRIÃO

SOBREMESA: FRUTA

4ª Feira 18-out

PRATO: ESPARGUETE À BOLONHESA C/ SALADA

SOPA: CREME DE COGUMELOS

SOBREMESA: FRUTA

5ª Feira 19-out

PRATO: COSTELETA PANADA C/ VEGETAIS COZIDOS

SOPA: CREME DE CENOURA

SOBREMESA: FRUTA

6ª Feira 20-out

PRATO: BIFINHOS C/ COGUMELOS E ARROZ BRANCO

SOPA: CANJA DE GALINHA

SOBREMESA: FRUTA

4ª Semana

2ª Feira 23-out

PRATO: MINCHI- SALADA

SOPA: LEGUMES

SOBREMESA: SALADA DE FRUTA

3ª Feira 24-out

PRATO: ARROZ CHAU CHAU – VEGETAIS COZIDOS

SOPA: LEGUMES

SOBREMESA: FRUTA

4ª Feira 25-out

PRATO: ATUM NO FORNO C/ MACARRONI- VEGETAIS

SOPA: LEGUMES

SOBREMESA: SALADA DE FRUTAS

5ª Feira 26-out

PRATO: COSTELETA COM CEBOLA - SALADA MISTA

SOPA: CREME DE COGUMELOS

SOBREMESA: GELATINA

6ª Feira 27-out

PRATO: CARNE ASSADA C/ BATATAS E CENOURA

SOPA: CREME DE CENOURA COM AGRIÃO

SOBREMESA: GELATINA



OUTUBRO 2017



5ª Semana

2ª Feira 30-out

PRATO:

SOPA:

SOBREMESA:

FERIADO

3ª Feira 31-out

PRATO: MINCHI- SALADA

SOPA: LEGUMES

SOBREMESA: SALADA DE FRUTA

