



ESCOLA SECUNDÁRIA DE LATINO COELHO, LAMEGO

Dieta Mediterrânica



	<i>Segunda-feira</i>	<i>Terça-feira</i>	<i>Quarta-feira</i>	<i>Quinta-feira</i>	<i>Sexta-feira</i>
	<i>23/11/2020</i>	<i>24/11/2020</i>	<i>25/11/2020</i>	<i>26/11/2020</i>	<i>27/11/2020</i>
SOPA	<i>CREME DE ABÓBORA COM ESPINAFRES</i> <i>SOPA DE PEIXE</i>	<i>SOPA DE COUVE LOMBARDA</i>	<i>CREME DE ERVILHAS COM COUVE-FLORES</i>	<i>CREME DE CENOURA COM AGRIÃO</i>	<i>SOPA DE FEIJÃO VERDE</i>
PRATO	<i>SALADA RUSSA DE PEIXE</i>	<i>BIFES DE PERU GRELHADOS</i> <i>MASSA TRICOLOR</i> <i>SALADA DE BRÓCOLOS</i>	<i>FEIJOADA À TRANSMONTANA</i>	<i>BIFINHOS DE VITELA COM COGUMELOS</i> <i>ARROZ BRANCO</i> <i>SALADA DE ALFACE, TOMATE, CENOURA RALADA, MILHO, COUVE- ROXA E CEBOLA</i>	<i>BACALHAU À BRÁS</i> <i>SALADA DE ALFACE, TOMATE, CEBOLA E AZEITONAS PRETAS</i>
SOBREMESA	<i>ANANÁS E PÊSSEGO</i> <i>FRUTA DA ÉPOCA</i>	<i>SALADA DE FRUTA</i>	<i>MERCADINHO DA FRUTA</i>	<i>MERCADINHO DA FRUTA</i>	<i>GELATINA</i> <i>MERCADINHO DA FRUTA</i>