



DE 07 a 11 DE Outubro DE 2013



Centro Cultural dos Balmos de São João e Olival Queimado

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
PEQUENO ALMOÇO	Leite e pão c/ manteiga	Cereais	Leite e pão c/ Queijo	Cereais	Leite e torradas
ALMOÇO	Sopa de cenoura c/ abóbora Pescada cozida c/batata, cenoura e brócolos Salada de alface	Sopa de nabiça Bife de peru grelhado c/penne Salada de alface e cenoura ralada	Puré de feijão verde Omeleta de fiambre c/batata frita Salada de alface	Creme de espinafres Frango guisado c/ esparguete Salada mista	Creme de couve-flor Pataniscas de bacalhau c/ arroz de lentilhas Salada de alface
Sobremesa	Maçã	Pêra	Banana	Uvas	Salada de Fruta /Laranja
LANCHE	logurte líquido e pão c/ queijo	Leite c/ chocolate e Pão c/ paio	logurte sólido e pão c/fiambre	Leite e torradas	Leite e pão c/ queijo

A Diretora Técnica

