



ESCOLA SECUNDÁRIA DE LATINO COELHO, LAMEGO
Dieta Mediterrânica



	<i>Segunda-feira</i> <i>09/03/2020</i>	<i>Terça-feira</i> <i>10/03/2020</i>	<i>Quarta-feira</i> <i>11/03/2020</i>	<i>Quinta-feira</i> <i>12/03/2020</i>	<i>Sexta-feira</i> <i>13/03/2020</i>
SOPA	<i>SOPA DE FEIJÃO VERDE</i>	<i>CREME DE ABÓBORA COM ALHO FRANCÊS</i>	<i>SOPA DE NABO COM FEIJÃO BRANCO</i>	<i>CREME DE CENOURA COM AGRIÃO</i>	<i>SOPA DE ESPINAFRES COM GRÃO-DE-BICO</i>
PRATO	<i>ESPARGUETE À BOLONHESA AROMATIZADO COM MANJERICÃO</i> <i>SALADA DE COUVE-ROXA</i> <i>SALADA DE TOMATE</i> <i>SALADA DE BETERRABA</i>	<i>FEIJOADA</i>	<i>SOLHA GRATINADA</i> <i>ARROZ DE FEIJÃO</i> <i>SALADA DE ALFACE, TOMATE, MILHO, CENOURA RALADA, COUVE-ROXA, CEBOLA E COGUMELOS</i>	<i>PERNA DE PERU FATIADA ASSADA NO FORNO</i> <i>ARROZ BRANCO</i> <i>SALADA DE ALFACE, PEPINO, AIPO, CEBOLA, PIMENTO VERDE E AZEITONAS VERDES</i>	<i>TENTÁCULOS DE POTA À LAGAREIRO</i> <i>SALADA DE BRÓCOLOS</i>
SOBREMESA	<i>MERCADINHO DA FRUTA</i>	<i>MERCADINHO DA FRUTA</i>	<i>MERCADINHO DA FRUTA</i>	<i>MERCADINHO DA FRUTA</i>	<i>MOUSSE DE CHOCOLATE MERCADINHO DA FRUTA</i>