Externato O Cantinho

Agosto

DIA DO MÊS	SOPA	PRATO PRINCIPAL	SOBREMESA
Segunda-Feira, 3	Lombarde	Filetes c/ Arroz de Tomate	Fruta de Época
Terça-Feira, 4	Agrião	Esparguete à Bolonhesa	Banana
Quarta-Feira, 5	Creme de Legumes	Empadão de Carne	Fruta da Época
Quinta-Feira, 6	Juliana	Peixe Cozido c/ Cenoura Ralada e Ovo	Gelatina
Sexta-Feira, 7	Espinafres	Bifinhos c/ Arroz Branco	Fruta da Época
Segunda-Feira, 10	Couve Galega	Fofinhos c/ Arroz de Cenoura	Fruta da Época
Segunda-Feira, 11	Feijão Verde	Almôndegas c/ Esparguete	Fruta da Época
Quarta-Feira, 12	Caldo Verde	Bifes Panados c/ Arroz de Ervilhas	Gelatina
Quinta-Feira, 13	Alho Francês	Peixe Cozido c/ Cenoura Ralada e Ovo	Salada de Fruta
Sexta-Feira, 14	Canja	Arroz de Pato no Forno	Fruta da Época
Segunda-Feira, 17	Creme de Cenoura	Salmão no Forno c/ Massa Tricolor	Fruta da Época
Terça-Feira, 18	Juliana	Massa Gratinada no Forno	Fruta da Época
Quarta-Feira, 19	Espinafres	Jardineira de frango	Fruta da Época
Quinta-Feira, 20	Lombarde	Massada de Atum c/ Milho e Ovo	Salada de Fruta
Sexta-Feira, 21	Nabiças	Carbonara	Fruta da Época
Segunda-Feira, 24	Agrião	Filetes de Pescada c/ Arroz de Tomate	Fruta da Época
Terça-Feira, 25	Creme de Abóbora	Frango Estufado c/ Massa Espiral	Salada de Fruta
Quarta-Feira, 26	Feijão Verde	Strogonoff de Perú	Fruta da Época
Quinta-Feira, 27	Caldo Verde	Arroz de Peixe	Gelatina
Sexta-Feira, 28	Espinafres	Carne Picada c/ Massa Pene	Fruta da Época
LANCHE	Leite Branco ou com Chocolate, Iogurte ou Fruta. Pão com Manteiga, Doce ou Queijo		
Todos os Pratos são acompanhados de Salada (Alface, Tomate e Pepino)			
Nota: A Ementa descrita poderá estar sujeita a eventuais alterações			