



COLÉGIO LUSO-SUÍÇO

EMENTA DE SETEMBRO

Dia 19

Sopa de Legumes

Coroa de Atum

Veg. Hambúrguer de Batata Doce

Fruta/ Gelatina

Dia 20

Sopa de Curgete

Carne assada c/ Massa

Veg. Legumes c/ Tofu

Fruta

Dia 21

Sopa de Brócolos

Douradinhos c/ Arroz de Tomate

Douradinhos de Curgete

Fruta

Dia 22

Sopa de Lombarda

Lasanha de Legumes

Veg. Hambúrguer de Feijão

Dia 23

Creme de Grão

Peixe cozido c/ Todos

Veg. Almondegas de Grão

Fruta



**COLÉGIO
LUSO-SUÍÇO**

Lanche

Dia 19 - Pão com Queijo/Manteiga, Leite/ Iogurte

Dia 20- Fruta Cozida com Aveia, Leite/ Iogurte

Dia 21- Pão com Fiambre/Manteiga, Leite/ Iogurte

Dia 22- Cornflakes, Leite/ Iogurte

Dia 23- Bolinhos de Aveia, Leite/ Iogurte

Todos os pratos são acompanhados com salada e/ou legumes.