



## Centro Social de Aguiar

**3 a 7 de junho de 2019**

	<b>Sopa</b>	<b>Prato</b>	<b>Sobremesa</b>	<b>Alergénios*</b>
<b>Segunda-feira 3</b>	Sopa de repolho	Bifinhos de frango com massa cotovelinhos. Salada de alface.	Fruta da época	1
<b>Terça-feira 4</b>	Creme de legumes	Filetes com arroz de cenoura. Salada de cenoura raspada	Fruta da época	3,4
<b>Quarta-feira 5</b>	Sopa de alho francês	Massa à bolonhesa. Salada de alface.	Fruta da época	1
<b>Quinta-feira 6</b>	Creme de cenoura	Pescada assada no forno com arroz de ervilhas. Salada de couve branca.	Fruta da época	3
<b>Sexta-feira 7</b>	Sopa de feijão-verde	Jardineira (acompanha com ervilhas e cenouras)	Fruta da época	12

Bom Apetite!



## Centro Social de Aguiar

**10 a 14 de junho de 2019**

	<b>Sopa</b>	<b>Prato</b>	<b>Sobremesa</b>	<b>Alergénios*</b>
<b>Segunda-feira 10</b>		Feriado		
<b>Terça-feira 11</b>	Sopa de feijão vermelho	Douradinhos no forno com arroz de cenoura. Salada de alface.	Fruta da época	1, 3, 4
<b>Quarta-feira 12</b>	Creme de legumes	Pá de porco assada com arroz de ervilhas. Salada de tomate e pepino.	Fruta da época	
<b>Quinta-feira 13</b>	Sopa de penca	Bacalhau à Gomes de Sá, com ovo cozido Salada de alface	Fruta da época	3, 4
<b>Sexta-feira 14</b>	Creme de abóbora	Frango estufado com massa espiral. Salada de cenoura e milho.	Fruta da época	1

Bom Apetite!



## Centro Social de Aguiar

**17 a 21 de junho de 2019**

	<b>Sopa</b>	<b>Prato</b>	<b>Sobremesa</b>	<b>Alergénios*</b>
<b>Segunda-feira 17</b>	Creme de abobora	Massa de esparguete com atum. Salada de alface	Fruta da época	1,12
<b>Terça-feira 18</b>	Sopa de feijão branco	. Rojões com arroz. Salada de tomate e pepino	Fruta da época	
<b>Quarta-feira 19</b>	Sopa de espinafres	Pescada cozida com ovo, batatas e legumes.	Fruta da época	3, 4
<b>Quinta-feira 20</b>		Feriado		
<b>Sexta-feira 21</b>	Creme de legumes	Almôndegas com massa espiral. Salada de milho e cenoura	Gelatina	1, 12

Bom Apetite!



## Centro Social de Aguiar

**24 a 28 de junho de 2019**

	<b>Sopa</b>	<b>Prato</b>	<b>Sobremesa</b>	<b>Alergénios*</b>
<b>Segunda-feira 24</b>	Creme de legumes	Bifanas com massa esparguete. Salada de tomate e pepino	Fruta da época	1
<b>Terça-feira 25</b>	Sopa de repolho	Red Fish assado com arroz de ervilhas. Salada de alface.	Fruta da época	4
<b>Quarta-feira 26</b>	Creme de cenoura	Feijoada (acompanha com cenoura e couve branca)	Fruta da época	1
<b>Quinta-feira 27</b>	Sopa de alho francês	Arroz de peixe. Legumes salteados (cenouras e feijão-verde)	Fruta da época	4
<b>Sexta-feira 28</b>	Creme de espinafres	Estrogonofe de peru com massa cotovelinhos. Salada de alface	Fruta da época	1

Bom Apetite!