|  |  |
| --- | --- |
| **Outono / Inverno** | * **Sopa**   Creme de abóbora   * **Prato principal**   Bife de peru grelhado com legumes salteados e arroz de cenoura   * **Bebida**   Sumo de pera ou de maçã de alcobaça   * **Sobremesa**   Panquecas de aveia com compota de maçã |

|  |  |
| --- | --- |
| **Primavera / Verão** | * **Sopa**   Creme de ervilhas com coentros   * **Prato principal**   Salmão a vapor em papelote com batata nova aromatizada com alho e azeite e salada “arco-íris”   * **Bebida**   Sumo de laranja natural / “sangria” de frutos variados   * **Sobremesa**   Gelatina com frutas da época |