|  |  |
| --- | --- |
| **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 |