



## Ementas Almoço

09 A 14 DE MARÇO DE 2020

<b>Segunda- Feira</b>	
Sopa	Sopa de Agrião
Prato	Coelho estufado
Acompanhamento	Arroz branco
Salada	Salada de alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Terça-Feira</b>	
Sopa	Sopa de espinafres
Prato	Perna de peru no forno
Acompanhamento	Batatas fritas
Salada	Alface, pepino e tomate
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Quarta-Feira</b>	
Sopa	-----
Prato	Caldeirada de Bacalhau
Acompanhamento	-----
Salada	-----
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Quinta-Feira</b>	
Sopa	Canja de galinha
Prato	Pernas de frango assadas no forno
Acompanhamento	Arroz com ervilhas
Salada	Salada de alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Sexta-Feira</b>	
Sopa	Creme de coentros
Prato	Tentáculos de pota de coentrada
Acompanhamento	Batatas cozidas
Salada	Salada de Tomate e pepino
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Sábado</b>	
Sopa	Caldo verde
Prato	Ervilhas com ovos
Acompanhamento	-----
Salada	Salada de Alface
Fruta/ Sobremesa	



## **Ementas Jantares**

09 A 14 DE MARÇO DE 2020

<b>Segunda- Feira</b>	
Sopa	Sopa de agrião
Prato	Filetes no forno
Acompanhamento	Batatas assadas
Salada	Salada de agrião e cenoura
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Terça-Feira</b>	
Sopa	Sopa de espinafres
Prato	Abrotea no forno
Acompanhamento	Brócolos, cenoura e batata
Salada	Salada de tomate e pepino
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Quarta-Feira</b>	
Sopa	Creme de cenoura
Prato	Jardineira de porco
Acompanhamento	
Salada	Salada de Alface, pepino e tomate
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Quinta-Feira</b>	
Sopa	Canja de galinha
Prato	Pescada cozida
Acompanhamento	Batata e couve flor
Salada	Salada de tomate
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Sexta-Feira</b>	
Sopa	Creme de coentros
Prato	Pezinhos de porco guisado
Acompanhamento	Grelos e batatas
Salada	-----
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Sábado</b>	
Sopa	Caldo verde
Prato	Pá de porco assada no forno
Acompanhamento	Abóbora, batata doce e cenoura
Salada	Salada de alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época