



Ementas Almoço

29 DE JUNHO A 04 DE JULHO DE 2020

Segunda- Feira	
Sopa	Feijão-verde
Prato	Peixe-espada no assado no forno
Acompanhamento	Arroz de tomate
Salada	Alface e Pepino
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Terça-Feira	
Sopa	-----
Prato	Cozido
Acompanhamento	Linguiça e farinheira
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Quarta-Feira	
Sopa	Espinafres
Prato	Red Fish assado no forno
Acompanhamento	Batatas assadas e cenoura
Salada	Tomate
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Quinta-Feira	
Sopa	Peixe
Prato	Costeletas de porcas grelhadas
Acompanhamento	Couve-flor, cenoura Brócolos
Salada	Alface e cenoura
Fruta/ Sobremesa	Doce de bolacha
Sexta-Feira	
Sopa	Caldo verde
Prato	Solha grelhada
Acompanhamento	Ovo, cenoura e feijão-verde
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Sábado	
Sopa	Beldroegas
Prato	Jardineira de porco
Acompanhamento	Feijão-verde, batatas, cenoura e ervilhas
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época



Ementas Jantares

29 DE JUNHO A 04 DE JULHO DE 2020

Segunda- Feira	
Sopa	Feijão-verde
Prato	Pernas de frango no forno
Acompanhamento	Brócolos, cenoura e couve-flor
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Terça-Feira	
Sopa	Alho francês e cenoura
Prato	Pescada cozida
Acompanhamento	Couve-flor, feijão-verde e cenoura
Salada	Pepino e tomate
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Quarta-Feira	
Sopa	Espinafres
Prato	Bifinhos de peru grelhados
Acompanhamento	Arroz de feijão
Salada	Pepino e alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Quinta-Feira	
Sopa	Peixe
Prato	Tentáculos de pota de coentrada
Acompanhamento	Batatas cozidas
Salada	Alface e tomate
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Sexta-Feira	
Sopa	Caldo verde
Prato	Perna de peru grelhada
Acompanhamento	massa
Salada	Pepino, tomate e cenoura
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Sábado	
Sopa	Beldroegas
Prato	Abrótea cozida
Acompanhamento	Couve-flor e brócolos
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época