



## Ementas Almoço

06 DE JULHO A 11 DE JULHO DE 2020

<b>Segunda- Feira</b>	
Sopa	Caldo verde
Prato	Carapau frito
Acompanhamento	Arroz de tomate
Salada	Alface e Pepino
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Terça-Feira</b>	
Sopa	Cenoura
Prato	Feijoada de porco
Acompanhamento	-----
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Quarta-Feira</b>	
Sopa	Espinafres
Prato	Arroz de espinafres
Acompanhamento	Bacalhau
Salada	Tomate
Fruta/ Sobremesa	Gelatina ananás
<b>Quinta-Feira</b>	
Sopa	Grelos e cenoura
Prato	Frango assado
Acompanhamento	Batatas assadas
Salada	Alface e cenoura
Fruta/ Sobremesa	Doce de bolacha
<b>Sexta-Feira</b>	
Sopa	Feijão-verde
Prato	Red Fish cozido
Acompanhamento	Ovo, cenoura e couve-flor
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Sábado</b>	
Sopa	Nabiças
Prato	Migas de porco
Acompanhamento	Batatas fritas
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época



## **Ementas Jantares**

06 DE JULHO A 11 DE JULHO DE 2020

<b>Segunda- Feira</b>	
Sopa	Feijão-verde
Prato	Costeletas no forno
Acompanhamento	Batatas assadas e cenoura
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Terça-Feira</b>	
Sopa	Cenoura
Prato	Abrótea cozida
Acompanhamento	Couve-flor, feijão-verde e cenoura
Salada	Pepino e tomate
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Quarta-Feira</b>	
Sopa	Espinafres
Prato	Croquetes de carne
Acompanhamento	Esparguete
Salada	Pepino e alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Quinta-Feira</b>	
Sopa	Grelos e cenoura
Prato	Pescada assada
Acompanhamento	Couve-flor, cenoura e ovo
Salada	Alface e tomate
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Sexta-Feira</b>	
Sopa	Caldo verde
Prato	Salada de frango
Acompanhamento	Ovo, massa, frango e cenoura
Salada	Pepino, tomate e cenoura
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
<b>Sábado</b>	
Sopa	Nabiças
Prato	Medalhões de pescada com molho tomate
Acompanhamento	Cenoura e batatas doce
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época