



Ementas Almoço

10 DE AGOSTO A 15 DE AGOSTO DE 2020

Segunda- Feira	
Sopa	Caldo verde
Prato	Cavala assada no forno
Acompanhamento	Cenoura, ovo e feijão -verde
Salada	Alface e Pepino
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Terça-Feira	
Sopa	Coentros e cenoura
Prato	Frango à Brás
Acompanhamento	Massa esparguete
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Quarta-Feira	
Sopa	Coentros
Prato	Caldeirada de peixe
Acompanhamento	-----
Salada	-----
Fruta/ Sobremesa	Gelatina morango
Quinta-Feira	
Sopa	Peixe
Prato	Frango estufado
Acompanhamento	Feijão-verde, cenoura e ervilhas
Salada	Alface e cenoura
Fruta/ Sobremesa	Pudim
Sexta-Feira	
Sopa	Legumes
Prato	Bacalhau assado no forno
Acompanhamento	Batatas assadas
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Sábado	
Sopa	Hortaliça
Prato	Ervilhas com chouriço e ovo
Acompanhamento	-----
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época



Ementas Jantares

10 DE AGOSTO A 15 DE JULHO DE 2020

Segunda- Feira	
Sopa	Caldo verde
Prato	Croquetes de carne
Acompanhamento	Arroz branco
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Terça-Feira	
Sopa	Coentros e cenoura
Prato	Salada fria
Acompanhamento	Grão, cebola coentros e atum
Salada	Pepino e tomate
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Quarta-Feira	
Sopa	Coentros
Prato	Perna de peru no forno
Acompanhamento	Brócolos, cenoura e couve-flor
Salada	Pepino e alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Quinta-Feira	
Sopa	Peixe
Prato	Solha cozida
Acompanhamento	Batatas e cenoura
Salada	Alface e tomate
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Sexta-Feira	
Sopa	Legumes
Prato	Pernas de frango assadas
Acompanhamento	Abobora e cenoura
Salada	Pepino, tomate e cenoura
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Sábado	
Sopa	Hortaliça
Prato	Medalhões de pescada
Acompanhamento	Arroz de cenoura
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época