



Ementas Almoço

17 DE AGOSTO A 22 DE AGOSTO DE 2020

Segunda- Feira	
Sopa	Feijão-verde
Prato	Bacalhau à Brás
Acompanhamento	-----
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Terça-Feira	
Sopa	Entulho
Prato	Frango estufado com cogumelos
Acompanhamento	Esparguete
Salada	Alface pepino
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Quarta-Feira	
Sopa	Caldo verde
Prato	Solha grelhada
Acompanhamento	Batatas e cenouras
Salada	-----
Fruta/ Sobremesa	Gelatina morango
Quinta-Feira	
Sopa	Espinafres
Prato	Carne de porco à alentejana
Acompanhamento	Amêijoas e batata frita
Salada	Alface e cenoura
Fruta/ Sobremesa	Arroz doce
Sexta-Feira	
Sopa	Legumes
Prato	Cavalas grelhadas
Acompanhamento	Batatas assadas
Salada	Alface, pimento e tomate
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Sábado	
Sopa	Cenoura
Prato	Jardineira de porco
Acompanhamento	Ervilhas, batatas, ovo, feijão verde
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época



Ementas Jantares

17 DE AGOSTO A 22 DE AGOSTO DE 2020

Segunda- Feira	
Sopa	Feijão-verde
Prato	Perna de frango grelhada
Acompanhamento	Arroz de cenoura e ervilhas
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Terça-Feira	
Sopa	Entulho
Prato	Pescada cozida
Acompanhamento	Brócolos e couve flor
Salada	Pepino e tomate
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Quarta-Feira	
Sopa	Caldo verde
Prato	Strogonoff de frango
Acompanhamento	Arroz de feijão
Salada	Pepino e alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época
Quinta-Feira	
Sopa	Espinafres
Prato	Medalhões de pescada com molho tomate
Acompanhamento	Feijão-verde, cenoura e ovo cozido
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	Cenoura
Prato	Salda fria
Acompanhamento	Grão, bacalhau, coentros, cebola e ovos
Salada	Alface
Fruta/ Sobremesa	Fruta da época