



**Ementas da Semana: 07-01-2019 a 11-01-2019 | Almoço**

2ª Feira 07-01-2019

**Peixe**

**Sopa:** Agrião-Batata, cenoura, alho, cebola, azeite e sal  
**Prato:** Massa c/atum-Macarrão, milho, cenoura, natas, sal e azeite  
**Sobremesa:** Banana

**Vegetariano**

**Sopa:** Agrião-Batata, cenoura, alho, cebola, azeite e sal  
**Prato:** Empadão de legumes-Batata, brocolos, cominhos, cebola  
**Sobremesa:** Banana

3ª Feira 08-01-2019

**Carne**

**Sopa:** Juliana-Batata, cenoura, alho, cebola, azeite e espinafres  
**Prato:** Jardineira de frango-Tomate, vinho, alho, cebola, azeite e sal  
**Sobremesa:** Gelatina

**Vegetariano**

**Sopa:** Juliana-Batata, cenoura, alho, cebola, azeite e espinafres  
**Prato:** Arroz de cenoura c/cogumelos-Alho, coentros e cominhos  
**Sobremesa:** Gelatina

4ª Feira 09-01-2019

**Peixe**

**Sopa:** Caldo verde-Batata, cebola, alho, couve, azeite e sal  
**Prato:** Solha frita e arroz de tomate-Cebola, alho, azeite, farinha, pim  
**Sobremesa:** Maçã

**Vegetariano**

**Sopa:** Caldo verde-Batata, cebola, alho, couve, azeite e sal  
**Prato:** Massa siciliana-Alho francês, tomate e oregãos  
**Sobremesa:** Maçã

5ª Feira 10-01-2019

**Ementas da Semana: 07-01-2019 a 11-01-2019 | Almoço**

**Carne**

- Sopa:** Canja-Frango,cebola,alho,knorr, sal e massa pevide  
**Prato:** Frango assado arroz e batata frita - Salada-alho, vinho e sa  
**Sobremesa:** Pêra

**Vegetariano**

- Sopa:** Agrião-Batata,cenoura,cebola,alho,azeite esal  
**Prato:** Massa equilibrio-Pimento,cebola,noz moscada e cominhos  
**Sobremesa:** Pêra

6ª Feira 11-01-2019

**Peixe**

- Sopa:** Creme de feijão-Abobora,cenoura,cebola,alho,azeite e sal  
**Prato:** Peixe cozido com legumes-Pescada,brocolos,ovo,azeite,vinagre  
**Sobremesa:** Maçã

**Vegetariano**

- Sopa:** Creme de feijão-Abobora,cenoura,cebola,alho,azeite e sal  
**Prato:** Empadão de legumesPimentos,noz moscada e cominhos  
**Sobremesa:** Maçãs