



Ementas da Semana: 11-03-2019 a 15-03-2019 | Almoço

2ª Feira 11-03-2019

Peixe

Sopa: Repolho-batatas, cenoura, nabo, alho, sal, azeite
Prato: Arroz de peixe-cebola, alho, tomate, azeite, salsa, coentros
Sobremesa: Maçãs

Vegetariano

Sopa: Repolho-batatas, cenoura, nabo, alho, sal, azeite
Prato: Arroz de cenoura com cogumelos-alho, coentros, cominhos
Sobremesa: Maçãs

3ª Feira 12-03-2019

Carne

Sopa: Agrião-batatas, abóbora, cenoura, cebola, sal, azeite
Prato: Almôndegas com esparguete-cebola, tomate, vinho, salsa, azeite
Sobremesa: Maçãs

Vegetariano

Sopa: Agrião-batata, abóbora, cenoura, cebola, sal, azeite
Prato: Massa com legumes salteados-bróculos, cogumelos, alho, azeite
Sobremesa: Maçãs

4ª Feira 13-03-2019

Peixe

Sopa: Alho Francês-batata, cenoura, sal, azeite
Prato: Jardineira de lulas-legumes, batata, cebola, alho, salsa
Sobremesa: Clementinas

Vegetariano

Sopa: Alho Francês-batata, cenoura, sal, azeite
Prato: Salada mexicana-batata, ervilhas, cenoura, milho
Sobremesa: Clementinas

5ª Feira 14-03-2019

Carne

Sopa: Creme de cenoura-batatas, abóbora, nabo, cenoura, sal, azeite

Prato: Feijoada-varias carnes, arroz, vinho, repolho, cebola, alho

Sobremesa: Clementinas

Vegetariano

Sopa: Creme de cenoura-batata, abóbora, nabo, cenoura, sal, azeite

Prato: Feijoada com cogumelos-couve, cenoura, tomate, cominhos, sal

Sobremesa: Clementinas

6ª Feira 15-03-2019

Peixe

Sopa: Juliana-batatas, cenoura, abóbora, sal, azeite

Prato: Pescada em molho de tomate com batatas e salada-cebola, tomat

Sobremesa: Maçãs

Vegetariano

Sopa: Juliana-batatas, cenoura, abóbora, sal, azeite

Prato: Empadão de legumes-pimentos, noz moscada, cominhos

Sobremesa: Maçãs