



Ementas da Semana: 25-11-2019 a 29-11-2019 | Almoço

2^a Feira 25-11-2019

Carne

Sopa: Repolho, batat. cenoura, alho, cebola, sal.

Prato: Lomb. porco arroz e salada-pimentão, alho, alface, marg.sal

Sobremesa: Maçã

Vegetariano

Sopa: Repolho, bat. cebola. cenoura, sal.

Prato: Arroz de Cenou. c/cogumelos - cebola, alho, cominhos

Sobremesa: Maçã

3^a Feira 26-11-2019

Peixe

Sopa: Grão/espin. cenou. alho, cebola, azeite, sal.

Prato: Massa atum c/salada-alface, cebola, alho, azeite

Sobremesa: iogurte

Vegetariano

Sopa: grão com espinafres

Prato: Massa c/legumes salteados, bróculos, cogumelos alho.

Sobremesa: iogurte

4^a Feira 27-11-2019

Carne

Sopa: Espinafre-Bat. cenoura, ceb.alho, azeite sal

Prato: Almon. porco c/arroz e sala. alho, cebola, tomate, vinho

Sobremesa: Pera

Vegetariano

Sopa: Espinafres

Prato: Feijoada de cogumelos- couve, cenoura, cominhos arroz.

Sobremesa: Pera

5^a Feira 28-11-2019

Peixe

Sopa: Creme de feijão-bat.cenoura, alho, cebola azeite

Prato: Peixe cozido c/legumes- pesc. ovos, azeite, vinagre

Sobremesa: Banana

Vegetariano

Sopa: Creme de feijão

Prato: Salada mexicana, bat. ervilha, cenoura, milho

Sobremesa: banana

6^a Feira

29-11-2019

Carne

Sopa: Canja- frango, massa pevide, caldo de galinha

Prato: Jardineira de frango, tomate, cebola, alho, bat. azeite.

Sobremesa: Maçã

Vegetariano

Sopa: creme de legumes

Prato: Arroz de cenoura c/ cogumelos, cebola, alho, cominhos

Sobremesa: Maçã