

EMENTA

Semana de: 21/06 a 25/06/2021

<p>2ª Feira</p>	<p>Sopa: Juliana Pratos: Filetes de solha panados c/arroz tomate e salada Dieta: Filetes de solha no forno c/ arroz tomate e salada Sobremesa: Fruta da época</p>
<p>3ª Feira</p>	<p>Sopa: Canja Pratos: Ovos mexidos c/ salsichas, batatas fritas, arroz e salada Dieta: Bife de frango grelhado c/ arroz e salada Sobremesa: Fruta da época</p>
<p>4ª Feira</p>	<p>Sopa: Cenoura Pratos: Peixe à Brás e salada Dieta: Arinca no forno c/batata cozida e salada Sobremesa: Gelatina</p>
<p>5ª Feira</p>	<p>Sopa: Creme de Legumes Pratos: Bife de peru c/ cogumelos, arroz e salada Dieta: Bife de peru grelhado c/ arroz e salada Sobremesa: Fruta da época</p>
<p>6ª Feira</p>	<p>Sopa: Couve portuguesa Pratos: Bacalhau cozido com grão, batata e salada Dieta: Peixe cozido com grão, batata Sobremesa: Fruta da época</p>

- Ementa sujeita a alterações



EMENTA

Semana de: 28/06 a 02/07/2021

<p>2ª Feira</p>	<p>Sopa: Canja Prato: Massa à Carbonara e salada Dieta: Peito de peru no forno c/ esparguete e salada Sobremesa: Fruta da época</p>
<p>3ª Feira</p>	<p>Sopa: Cenoura Prato: Bacalhau com broa, batata a murro e salada Dieta: Pescada cozida com legumes Sobremesa: gelatina</p>
<p>4ª Feira</p>	<p>Sopa: Creme de couve-flor c/macedónia Pratos: Rolo misto de carne c/arroz alegre e salada Dieta: Febras grelhadas c/arroz alegre e salada Sobremesa: Fruta da época</p>
<p>5ª Feira</p>	<p>Sopa: Juliana Prato: Massa com atum Dieta: Peixe espada grelhado com batata cozida e salada Sobremesa: Pudim chinês</p>
<p>6ª Feira</p>	<p>Sopa: Espinafres Prato: Arroz à Valenciana c/salada Dieta: Bife de frango c/arroz de manteiga e salada Sobremesa: Fruta da época</p>

- Ementa sujeita a alterações.



EMENTA

Semana de: 05/07 a 09/07/2021

2ª Feira	<p>Sopa: Cenoura Prato: Perca cozida c/batata cozida e feijão verde Dieta: Sobremesa: Arroz doce</p>
3ª Feira	<p>Sopa: Primavera Prato: Carne à Portuguesa e salada Dieta: Bife de peru grelhado c/ esparguete e salada Sobremesa: Fruta da época</p>
4ª Feira	<p>Sopa: Cenoura Prato: Rissóis, pastéis de bacalhau e croquetes c/ arroz alegre e salada Dieta: Peixe espada grelhado c/ batata cozida e salada Sobremesa: Fruta da época</p>
5ª Feira	<p>Sopa: Canja Pratos: Frango à Passarinho c/arroz de cenoura e salada Dieta: Frango assado c/arroz de cenoura e salada Sobremesa: Fruta da época</p>
6ª Feira	<p>Sopa: Creme de legumes Pratos: Choco frito c/ batata frita e salada Dieta: Salada de peixe Sobremesa: Gelatina</p>

- Ementa sujeita a alterações.



EMENTA

Semana de: 12/07 a 16/07/2021

2ª Feira	<p>Sopa: Feijão verde Pratos: Empadão de vitela c/arroz e salada Dieta: Lombo de porco assado c/ massa e salada Sobremesa: Fruta da época</p>
3ª Feira	<p>Sopa: Espinafres Pratos: Atum c/feijão frade Dieta: Corvina cozida c/batata e legumes Sobremesa: Fruta da época</p>
4ª Feira	<p>Sopa: Juliana Prato: Lasanha c/salada Dieta: Bife de peru grelhado com arroz branco e salada Sobremesa: Fruta da época</p>
5ª Feira	<p>Sopa: Alho francês Prato: Peixe à Brás e salada Dieta: Arinca no forno c/batata cozida e salada Sobremesa: Mousse de chocolate</p>
6ª Feira	<p>Sopa: Bonita Prato: Frango guisado c/esparguete e salada Dieta: Frango assado c/arroz de ervilhas e salada Sobremesa: Fruta da época</p>

- Ementa sujeita a alterações



EMENTA

Semana de: 19/07 a 23/07/2021

2ª Feira	<p>Sopa: Cenoura Prato: Massa de peixe e salada Dieta: Pescada cozida c/legumes cozidos Sobremesa: Fruta da época</p>
3ª Feira	<p>Sopa: Juliana Prato: Almondegas de vaca estufadas c/arroz branco e salada Dieta: Bife de frango grelhado c/arroz branco e salada Sobremesa: Fruta da época</p>
4ª Feira	<p>Sopa: Espinafres Prato: Peixe-espada grelhado c/batata e salada Dieta: Sobremesa: Bolo</p>
5ª Feira	<p>Sopa: Canja Prato: Arroz de pato e salada Dieta: Sobremesa: Fruta da época</p>
6ª Feira	<p>Sopa: Agrião Prato: Salmão grelhado com batata cozida e salada Dieta: Sobremesa: Fruta da época</p>

- Ementa sujeita a alterações



EMENTA

Semana de: 26/07 a 30/07/2021

2ª Feira	<p>Sopa: Bonita Prato: Frango à Brás e salada Dieta: Frango assado c/esparguete e salada Sobremesa: Fruta da época</p>
3ª Feira	<p>Sopa: Feijão verde Prato: Empadão de atum c/arroz Dieta: Salada de peixe Sobremesa: Gelatina</p>
4ª Feira	<p>Sopa: Canja Prato: Macarronada de peru e salada Dieta: Bife de peru grelhado c/ espirais e salada Sobremesa: Fruta da época</p>
5ª Feira	<p>Sopa: Coentros Prato: Douradinhos no forno com arroz e salada Dieta: Pescada cozida com legumes Sobremesa: Mousse de chocolate</p>
6ª Feira	<p>Sopa: Juliana Prato: Hambúrguer, ovo mexido, batata frita, arroz e salada Dieta: Bife de frango grelhado c/ arroz branco e salada Sobremesa: Fruta da época</p>

- Ementa sujeita a alterações

