

EMENTA SEMANAL

De 01/10/2018 a 04/10/2018

01 - 2ª FEIRA	SOPA	Sopa de Cebola
	PRATO	Frango Estufado c/esparguete
	VEGETARIANO	Bolonhesa de Vegetais
	SALADA	Mista (3 variedades)
	SOBREMESA	Fruta da Época
02- 3ª FEIRA	SOPA	Sopa de Couve Branca
	PRATO	Lulas Estufadas c/Batata Cozida
	VEGETARIANO	Batata Cozida c/Vegetais Estufados
	SALADA	Brócolos
	SOBREMESA	Gelatina/Fruta da Época
03 - 4ª FEIRA	SOPA	Sopa de Peixe
	PRATO	Carne de Porco à Alentejana
	VEGETARIANO	Tortilha de Vegetais
	SALADA	Mista (3 variedades)
	SOBREMESA	Fruta da Época
04- 5ª FEIRA	SOPA	Sopa de Espinafres
	PRATO	Medalhões de Pescada Gratinada C/Arroz de Cenoura
	VEGETARIANO	Arroz com Douradinhos Vegetarianos
	SALADA	Legumes salteados
	SOBREMESA	Iogurte/ Fruta da Época
05 - 6ª FEIRA	SOPA	FERIADO
	PRATO	
	VEGETARIANO	
	SALADA	
	SOBREMESA	