

EMENTA SEMANAL

De 11/11/2019 a 15/11/2019

11 - 2ª FEIRA	SOPA	Sopa de brócolos
	PRATO	Ensopado de lulas com batata cozida
	VEGETARIANO	Ensopado de lentilhas com batata cozida
	SALADA	Grelos
	SOBREMESA	Fruta da época
12 - 3ª FEIRA	SOPA	Sopa de cebola
	PRATO	Rancho
	VEGETARIANO	Rancho vegetariano
	SALADA	Mista (3 variedades)
	SOBREMESA	Fruta da época
13 - 4ª FEIRA	SOPA	Sopa de ervilhas
	PRATO	Bacalhau com broa e batata a murro
	VEGETARIANO	Bifes de tofu com batata a murro
	SALADA	Migas
	SOBREMESA	Gelatina/ Fruta da época
14 - 5ª FEIRA	SOPA	Sopa de alho francês
	PRATO	Bifes de frango grelhados c/ arroz branco e feijão preto
	VEGETARIANO	Cogumelos grelhados c/ arroz branco e feijão preto
	SALADA	Mista (3 variedades)
	SOBREMESA	Fruta da época
15 - 6ª FEIRA	SOPA	Sopa de couve lombarda
	PRATO	Atum c/feijão-frade, batata, cenoura e ovo
	VEGETARIANO	Salada de feijão-frade
	SALADA	Mista (3 variedades)
	SOBREMESA	Fruta da época