



GERAL

EMENTA 4A

SEGUNDA

Almoço

Sopa: Puré de cenoura com nabiça
Prato: Atum com salada de feijão-frade
Sobremesa: Fruta da época

Jantar

Sopa: Puré de cenoura com nabiça
Prato: Lacão assado no forno com arroz e salada
Sobremesa: Fruta da época

TERÇA

Almoço

Sopa: Feijão com espinafres
Prato: Bacalhau à brás
Sobremesa: Fruta da época

Jantar

Sopa: Feijão com espinafres
Prato: Empadão de carne (puré de batata) tostado no forno
Sobremesa: Fruta da época

QUARTA

Almoço

Sopa: Açorda à alentejana
Prato: Jaquinzinhos fritos com arroz de tomate
Sobremesa: Fruta da época

Jantar

Sopa: Hortalíça
Prato: Frango guisado com esparguete e cenoura
Sobremesa: Fruta da época

QUINTA

Almoço

Sopa: Repolho
Prato: Favas com chouriço e salada de alface ripada
Sobremesa: Fruta da época

Jantar

Sopa: Repolho
Prato: Salmão assado com batata corada no forno
Sobremesa: Fruta da época

SEXTA

Almoço

Sopa: Legumes
Prato: Cozido à Portuguesa
Sobremesa: Fruta da época

Jantar

Sopa: Legumes
Prato: Cação de cebolada com batata frita
Sobremesa: Fruta da época

SÁBADO

Almoço

Sopa: Legumes
Prato: Bifes de porco no tacho com esparguete
Sobremesa: Fruta da época

Jantar

Sopa: Legumes
Prato: Caldeirada de bacalhau
Sobremesa: Fruta da época

DOMINGO

Almoço

Sopa: Cenoura com couve lombarda
Prato: Ensopado de borrego
Sobremesa: Fruta da época

Jantar

Sopa: Cenoura com couve lombarda
Prato: Tomatada de ovo
Sobremesa: Fruta da época