

# EMENTA

## SEMANA 24/8 a 28/8 2020

|                         |          |  |
|-------------------------|----------|--|
| 2 <sup>a</sup><br>FEIRA | SOPA     | Creme de cenoura                                       |
|                         | PEIXE    | Pataniscas de bacalhau c/arroz de feijão               |
|                         | CARNE    | Lombo de porco assado c/ esparguete salteado           |
|                         | SUGESTÃO | Bitoque / Omeleta                                      |
| 3 <sup>a</sup><br>FEIRA | SOPA     | Nabiças  |
|                         | PEIXE    | Peixe grelhado c/batata e legumes                      |
|                         | CARNE    | Alheira no forno c/arroz e legumes salteados           |
|                         | SUGESTÃO | Bitoque / Omeleta                                      |
| 4 <sup>a</sup><br>FEIRA | SOPA     | Courgette  |
|                         | PEIXE    | Carapaus grelhados c/batata cozida e molho à Espanhola |
|                         | CARNE    | Perna de frango assada c/arroz e legumes               |
|                         | SUGESTÃO | Bitoque / Omeleta                                      |
| 5 <sup>a</sup><br>FEIRA | SOPA     | Espinafres   |
|                         | PEIXE    | Calamares com arroz de tomate                          |
|                         | CARNE    | Costeletas de porco grelhadas c/arroz de cenoura       |
|                         | SUGESTÃO | Bitoque / Omeleta                                      |
| 6 <sup>a</sup><br>FEIRA | SOPA     | Primavera  |
|                         | PEIXE    | Bacalhau à Zé do Pipo                                  |
|                         | CARNE    | Escalopes de vaca grelhados c/arroz e legumes          |
|                         | DIETA    | Bitoque / Omeleta                                      |