

EMENTA

SEMANA 15 A 19 DE NOVEMBRO 2021

2ª FEIRA	SOPA	ALFACE
	PEIXE	PASTEIS DE BACALHAU C/ ARROZ DE GRELOS
	CARNE	EMPADÃO DE CARNE
	DIETA	CARNE DE VACA COZIDA C/ LEGUMES
	VEGETARIANO	HAMBURGUER DE LEGUMES C/ ARROZ DE CENOURA
3ª FEIRA	SOPA	PRIMAVERA
	PEIXE	RED-FISH ASSADO NO FORNO C/ BATATA ASSADA
	CARNE	BIFINHOS DE PORCO C/ MOLHO DE CAFÉ E ARROZ DE AMENOA
	DIETA	PEIXE GRELHADO C/ BATATA E LEGUMES
	VEGETARIANO	PATANISCAS DE LEGUMES C/ ARROZ DE FEIJÃO
4ª FEIRA	SOPA	ALHO FRANCÊS
	PEIXE	FEIJOADA DE CHOCOS
	CARNE	FRANGO ASSADO C/ BATATA FRITA E PICKLES
	DIETA	ARROZ DE CARNE E CENOURA SIMPLES
	VEGETARIANO	JARDINEIRA DE SOJA
5ª FEIRA	SOPA	ERVILHAS C/ BACON
	PEIXE	FILETES DOURADOS C/ ARROZ DE TOMATE
	CARNE	ARROZ DE PATO
	DIETA	SOLHA GRELHADAC/ BATATA E LEGUMES
	VEGETARIANO	GRATINADO DE MASSA C/ LEGUMES
6ª FEIRA	SOPA	LAVRADOR
	PEIXE	BACALHAU COZIDO C/ OVO BATATA E GRÃO
	CARNE	ESPARGUETE Á BOLONHESA
	DIETA	ESCALOPES GRELHADOS C/ ARROZ DE CENOURA
	VEGETARIANO	COURGETTE RECHEADA C/ LEGUMES E ARROZ BRANCO