

EMENTA

SEMANA 08 A 12 DE NOVEMBRO 2021

2ª FEIRA	SOPA	FEIJÃO VERDE
	PEIXE	BACALHAU C/ NATAS
	CARNE	LOMBO DE PORCO ASSADO C/ANANÁS
	DIETA	COZIDO SIMPLES
	VEGETARIANO	PATANISCAS DE LEGUMES C/ ARROZ DE GRELOS
3ª FEIRA	SOPA	ABOBORA C/ MASSINHAS
	PEIXE	CHOCO FRITO Á SETUBALENSE
	CARNE	ALMONDEGAS ESTUFADAS C/ ESPARGUETE
	DIETA	PEIXE GRELHADO C/ BATATA E LEGUMES
	VEGETARIANO	FETTUCCHINE SALTEADO C/ ALHO FRANCÊS E COGUMELOS
4ª FEIRA	SOPA	ESPINAFRES
	PEIXE	MASSADA DE PEIXE C/ PIMENTOS E COENTROS
	CARNE	FRANGO CORADO C/ ARROZ DE CENOURA
	DIETA	BORREGO COZIDO C/ LEGUMES
	VEGETARIANO	CHILLI DE SOJA
5ª FEIRA	SOPA	CANJA DE GALINHA
	PEIXE	CARAPAUZINHOS FRITOS C/ ARROZ DE TOMATE
	CARNE	FEIJOADA Á TRANSMONTANA
	DIETA	PESCADA COZIDA C/ LEGUMES
	VEGETARIANO	CREPES DE LEGUMES C/ ARROZ ALEGRE
6ª FEIRA	SOPA	TOMATE C/ PÃO TORRADO
	PEIXE	BACALHAU C/ BROA
	CARNE	LASANHA DE CARNE
	DIETA	BIFES DE FRANGO GRELHADOS C/ ARROZ E LEGUMES
	VEGETARIANO	TOFÚ GRELHADO C/ MOLHO DE LIMÃO E ARROZ DE PASSAS