

EMENTA

SEMANA 29 /11 A 03 /12 / 2021

2ª FEIRA	SOPA	JULIANA
	PEIXE	PASTEIS DE BACALHAU C/ARROZ DE GRELOS
	CARNE	ALMONDEGAS ESTUFADAS C/ ESPARGUETE
	DIETA	ESCALOPES DE FRANGO GRELADOS C/ ARROZ E LEGUMES
	VEGETARIANO	TOFÚ SALTEADO C/ LEGUMES
3ª FEIRA	SOPA	CREME DE CENOURA
	PEIXE	ARROZ DE POLVO MALANDRINHO
	CARNE	ALHEIRA C/ OVO ARROZ E LEGUMES SALTEADOS
	DIETA	PEIXE GRELHADO C/ BATATA E LEGUMES
	VEGETARIANO	PAELLA DE LEGUMES
4ª FEIRA	SOPA	
	PEIXE	
	CARNE	FERIADO
	OPÇÃO	
5ª FEIRA	SOPA	GRÃO C/ NABIÇAS
	PEIXE	CHOCO FRITO Á SETUBALENSE
	CARNE	FEIJOADA Á BRASILEIRA
	DIETA	PESCADA COZIDA C/ BATATA E LEGUMES
	VEGETARIANO	PENNE C/ LEGUMES SALTEADOS E QUEIJO RALADO
6ª FEIRA	SOPA	CALDO VERDE
	PEIXE	BACALHAU COZIDO C/ OVO BATATA E GRÃO
	CARNE	ISCAS DE CEBOLADA C/ BATATA COZIDA
	DIETA	COZIDO SIMPLES
	VEGETARIANO	QUICHE DE ESPINAFRES