

# EMENTA

## SEMANA 20/12 A 24/12/2021

2ª FEIRA	<b>SOPA</b>	GRELOS
	<b>PEIXE</b>	BACALHAU C/ NATAS
	<b>CARNE</b>	COSTELETAS DE PORCO GRELHADAS C/ ESPARGUETE
	<b>DIETA</b>	BORREGO COZIDO C/ LEGUMES
	<b>VEGETARIANO</b>	PEIXINHOS DA HORTA C/ ARROZ DE ERVILHAS
3ª FEIRA	<b>SOPA</b>	COURGRTE
	<b>PEIXE</b>	CACÃO DE COENTRADA C/ AÇORDA
	<b>CARNE</b>	ROLO DE CARNE C/ ESPARGUETE
	<b>DIETA</b>	PERCA GRELHADA C/ BATATA E LEGUMES
	<b>VEGETARIANO</b>	RANCHO VEGAN
4ª FEIRA	<b>SOPA</b>	TOMATE C/ OVO PICADO
	<b>PEIXE</b>	FILETES DE PESCADA C/ ARROZ DE TOMATE
	<b>CARNE</b>	CARIL DE FRANGO C/ ARROZ BRANCO
	<b>DIETA</b>	CARNE DE VACA COZIDA C/ LEGUMES
	<b>VEGETARIANO</b>	BERINGELA RECHEADA C/ LEGUMES E ARROZ BRANCO
5ª FEIRA	<b>SOPA</b>	COUVE CORAÇÃO
	<b>PEIXE</b>	BACALHAU C/ BROA
	<b>CARNE</b>	LOMBO DE PORCO ASSADO C/ ARROZ DE AMENDOA
	<b>DIETA</b>	PEIXE GRELHADO C/ BATATA E LEGUMES
	<b>VEGETARIANO</b>	RATATOUILLE DE LEGUMES C/ ARROZ BRANCO
6ª FEIRA	<b>SOPA</b>	
	<b>PEIXE</b>	
	<b>CARNE</b>	TOLERANCIA
	<b>OPÇÃO</b>	