

# EMENTA

## SEMANA 4 a 08 de ABRIL 2022

2ª FEIRA	SOPA	FEIJÃO VERDE
	PEIXE	PATANISCAS DE BACALHAU C/ ARROZ DE FEIJÃO
	CARNE	ALMONDEGAS ESTUFADAS C/ ESPARGUETE
	DIETA	COZIDO SIMPLES
	VEGETARIANO	FETTUCCINE SALTEADO C/ COURGETTE E COGUMELOS
3ª FEIRA	SOPA	ABOBORA C/ MASSINHAS
	PEIXE	EMPADÃO DE ATUM
	CARNE	BIFINHOS DE PORCO C/ COGUMELOS E BATATA FRITA
	DIETA	PESCADA COZIDA C/ BATATA E LEGUMES
	VEGETARIANO	CARIL DE GRÃO
4ª FEIRA	SOPA	COUVE BRANCA
	PEIXE	CARAPAUZINHOS FRITOS C/ ARROZ DE TOMATE
	CARNE	FRANGO ASSADO C/BATATA FRITA E PICKLES
	DIETA	ARROZ DE COELHO SIMPLES
	VEGETARIANO	LEGUMES ESTUFADOS C/ ARROZ DE AÇAFRÃO
5ª FEIRA	SOPA	CANJA DE GALINHA
	PEIXE	RISSOIS DE CAMARÃO C/ ARROZ DE LEGUMES
	CARNE	RANCHO À MODA DE VISEU
	DIETA	PEIXE GRELHADO C/ BATATA E LEGUMES COZIDOS
	VEGETARIANO	QUICHE DE ESPINAFRES
6ª FEIRA	SOPA	TOMATE C/ PÃO TORRADO
	PEIXE	BACALHAU COZIDO C/ OVO ,BATATA E GRÃO
	CARNE	ESPARGUETE À BOLONHESA
	DIETA	ESCALOPES GRELHADOS C/ ARROZ DE CENOURA
	VEGETARIANO	HAMBURGUER DE QUINOA C/ ARROZ ALEGRE