

EMENTA

SEMANA 06 a 10 de JUNHO 2022

2ª FEIRA	SOPA	FEIJÃO VERDE
	PEIXE	BACALHAU À ESPIRITUAL
	CARNE	ALMONDEGAS ESTUFADAS C/ ESPARGUETE
	DIETA	COELHO ESTUFADO SIMPLES C/ ARROZ E LEGUMES
	VEGETARIANO	CREPES DE LEGUMES C/ ARROZ ALEGRE
3ª FEIRA	SOPA	ABOBORA C/ MASSINHAS
	PEIXE	MASSADA DE PEIXE C/ DELICIAS DO MAR E COENTROS
	CARNE	ALHEIRA C/ OVO E BATATA FRITA
	DIETA	SOLHA GRELHADA C/ BATATA COZIDA E LEGUMES
	VEGETARIANO	SALADINHA DE LEGUMES C/ OVO COZIDO
4ª FEIRA	SOPA	COUVE BRANCA
	PEIXE	RISSOIS DE CAMARÃO C/ SALADA RUSSA
	CARNE	FRANGO CORADO C/ ARROZ DE CENOURA
	DIETA	ARROZ DE CARNE E CENOURA SIMPLES
	VEGETARIANO	TORTILHA DE LEGUMES
5ª FEIRA	SOPA	CANJA DE GALINHA
	PEIXE	CALAMARES C/ ARROZ DE TOMATE
	CARNE	CARNES FRIAS C/ BATATA FRITA E PICKLES
	DIETA	PESCADA COZIDA C/ BATATA E LEGUMES COZIDOS
	VEGETARIANO	EMPADÃO DE ESPINAFRES
6ª FEIRA	SOPA	
	PEIXE	
	CARNE	FERIADO (DIA DE PORTUGAL)
	DIETA	
	VEGETARIANO	