

EMENTA

SEMANA DE 15 A 19 DE MAIO 2023 SABORES DA ESTREMADURA

2 ^a FEIRA	SOPA	ABOBORA C/ MASSINHAS
	PEIXE	SALADINHA FRIA DE ATUM C/ FEIJÃO FRADE
	CARNE	BIFES DE CEBOLADA
	DIETA	ARROZ DE CARNE E CENOURA SIMPLES
	VEGETARIANO	HAMBURGUER DE LEGUMES NO FORNO C/ ARROZ DE CENOURA
3 ^a FEIRA	SOPA	PEIXE
	PEIXE	PEIXE ASSADO NO FORNO C/ BATATA ASSADA
	CARNE	CARNE DE PORCO C/ CAMARÃO
	DIETA	PEIXE COZIDO C/ BATATA E LEGUMES
	VEGETARIANO	FEIJOADA VEGAN
4 ^a FEIRA	SOPA	ALHO FRANCÊS
	PEIXE	CALDEIRADA Á FRAGATEIRA
	CARNE	FRANGO ASSADO Á CAFREAL C/ ARROZ ,BATATA FRITA
	DIETA	COZIDO SIMPLES
	VEGETARIANO	SEITAN NO FORNO C/ MOLHO DE LARANJA
5 ^a FEIRA	SOPA	CREME DE FEIJÃO C/ BACON
	PEIXE	CHOCOS GUIADOS C/ ERVILHAS
	CARNE	ROLO DE CARNE C/ ESPARGUETE
	DIETA	PEIXE GRELHADO C/ BATATA E LEGUMES COZIDOS
	VEGETARIANO	STROGONOFF DE TOFÚ C/ ARROZ DE PASSAS
6 ^a FEIRA	SOPA	COUVE CORAÇÃO
	PEIXE	BACALHAU C/TODOS
	CARNE	LOMBO DE PORCO ASSADO C/ CROSTA DE FARINHEIRA
	DIETA	PERÚ ASSADO SIMPLES
	VEGETARIANO	FETTUCCINE SALTEADO C/ALHO FRANCÊS E COGUMELOS