

EMENTA

SEMANA DE 22 A 26 DE MAIO 2023

2^a FEIRA	SOPA	CREME DE CENOURA
	PEIXE	PASTEIS DE BACALHAU C/ ARROZ DE GRELOS
	CARNE	FEBRAS GRELHADAS C/ ESPARGUETE
	DIETA	CARNE DE VACA COZIDA C/ ARROZ E LEGUMES
	VEGETARIANO	SALADINHA FRIA DE GRÃO C/ OVO COZIDO
3^a FEIRA	SOPA	COURGETTE
	PEIXE	FILETES DOURADOS C/ SALADA RUSSA
	CARNE	PICADINHO DE CARNE C/ARROZ BAT. FRITA E FEIJÃO PRETO
	DIETA	PEIXE GRELHADO C/ BATATA E LEGUMES COZIDOS
	VEGETARIANO	CARBONARA DE FISILLI C/ QUEIJO E NATAS
4^a FEIRA	SOPA	ESPINAFRES
	PEIXE	CARAPUS GRELHADOS C/ MOLHO Á ESPANHOLA
	CARNE	FRANGO CORADO C/ ARROZ E BATATA FRITA
	DIETA	ESCALOPES GRELHADOS C/ ARROZ E LEGUMES
	VEGETARIANO	MASSA SALTEADA C/ESPINAFRES E QUEIJO
5^a FEIRA	SOPA	JULIANA
	PEIXE	CALAMARES C/ ARROZ DE TOMATE
	CARNE	FEIJOADA Á TRANSMONTANA
	DIETA	PESCADA COZIDA C/ BATATA E LEGUMES
	VEGETARIANO	QUICHE DE LEGUMES
6^a FEIRA	SOPA	CALDO VERDE
	PEIXE	BACALHAU Á ZÉ DO PIPO
	CARNE	MOELAS ESTUFADAS Á CHEFE
	DIETA	FRANGO COZIDO C/ LEGUMES
	VEGETARIANO	PATANISCAS DE LEGUMES C/ ARROZ DE FEIJÃO