



# EMENTA

SEMANA DE 25 A 29 DE MARÇO DE 2019

## SEGUNDA-FEIRA . 25 DE MARÇO

SOPA  JULIANA

PRATO DE CARNE  FÊVERAS GRELHADAS COM MOLHO DE LIMÃO, MASSA ESPIRAL E SALADA MISTA

PRATO DE PEIXE  PASTÉIS DE BACALHAU COM ARROZ DE TOMATE E SALADA MISTA

## TERÇA-FEIRA . 26 DE MARÇO

SOPA  NABO COM CENOURA

PRATO DE CARNE  FRANGO ESTUFADO À PRIMAVERIL COM PURÉ DE BATATA E SALADA MISTA

PRATO DE PEIXE  CARAPAU GRELHADO COM BATATA A MURRO E JULIANA DE LOMBARDO E CENOURA

## QUARTA-FEIRA . 27 DE MARÇO

SOPA  COUVE PORTUGUESA COM FEIJÃO

PRATO DE CARNE  PÁ DE PORCO ASSADA COM MOLHO DE MAÇÃ, BATATA ASSADA E SALADA MISTA

PRATO DE PEIXE  ARROZ DE TAMBORIL COM COENTROS

## QUINTA-FEIRA . 28 DE MARÇO

SOPA  CREME DE CENOURA COM ERVILHAS

PRATO DE CARNE  STROGONOFF COM ARROZ BRANCO E SALADA MISTA

PRATO DE PEIXE  LASANHA DE ATUM COM LEGUMES INCORPORADOS

## SEXTA-FEIRA . 29 DE MARÇO

SOPA  COUVE FLOR

PRATO DE CARNE  ARROZ DE CARNES À NORTENHA

PRATO DE PEIXE  MEIA DESFEITA DE PALOCO