



## SEMANA DE 26 A 30 DE OUTUBRO DE 2020

### SEGUNDA-FEIRA . 26 DE OUTUBRO

SOPA  CREME DE FEIJÃO VERDE

PRATO DE CARNE  JARDINEIRA DE CARNES COM SALADA DE COUVE JULIANA, TOMATE E PEPINO

PRATO DE PEIXE  MASSINHA DE ABRÓTEA COM ERVILHAS E CENOURA

### TERÇA-FEIRA . 27 DE OUTUBRO

SOPA  PRIMAVERA

PRATO DE CARNE  ARROZ DE GALINHA À PORTUGUESA COM SALADA DE ALFACE, CENOURA E MILHO

PRATO DE PEIXE  FILETES COM ARROZ DE LEGUMES E SALADA DE ALFACE, CENOURA E MILHO

### QUARTA-FEIRA . 28 DE OUTUBRO

SOPA  ABÓBORA COM MASSINHAS

PRATO DE CARNE  FEIJOADA COM SALADA DE CENOURA, COUVE ROXA E TOMATE

PRATO DE PEIXE  PESCADA À PROVENÇAL (COM OVO RALADO), BATATA CORADA/COZIDA COM SALADA DE CENOURA, COUVE ROXA E TOMATE

### QUINTA-FEIRA . 29 DE OUTUBRO

SOPA  GRÃO COM COUVE LOMBARDA

PRATO DE CARNE  PÁ DE PORCO ASSADA COM ESPIRAIS COM SALADA DE BETERRABA, CENOURA E TOMATE

PRATO DE PEIXE  ARROZ DE MOLUSCO COM PIMENTOS COM SALADA DE BETERRABA, CENOURA E TOMATE

### SEXTA-FEIRA . 30 DE OUTUBRO

SOPA  ALHO FRANCÊS COM CENOURA

PRATO DE CARNE  PERNA DE FRANGO ASSADA COM BATATA CORADA E ARROZ, COM SALADA DE ALFACE, BETERRABA E PEPINO

PRATO DE PEIXE  BADEJO GRATINADO COM ARROZ DE MILHO