



EMENTA

SEMANA DE 27 A 31 DE JANEIRO DE 2020

SEGUNDA-FEIRA . 27 DE JANEIRO

SOPA  CREME DE CENOURA

PRATO DE CARNE  PANADOS DE PORCO COM ESPARGUETE, MILHO, CENOURA E ERVILHAS

PRATO DE PEIXE  MASSADA DE ATUM COM MILHO, CENOURA E ERVILHAS

TERÇA-FEIRA . 28 DE JANEIRO

SOPA  VEGETAIS

PRATO DE CARNE  FRANGO ESTUFADO COM FEIJÃO VERDE, ARROZ BRANCO E SALADA DE COUVE ROXA E ALFACE

PRATO DE PEIXE  SALADINHA DE PEIXE COM FEIJÃO VERDE

QUARTA-FEIRA . 29 DE JANEIRO

SOPA  ESPINAFRES COM GRÃO DE BICO

PRATO DE CARNE  ARROZ DE CARNES À SALSICHEIRO

PRATO DE PEIXE  PESCADA NO FORNO COM SALADA DE BATATA E MACEDÓNIA DE LEGUMES

QUINTA-FEIRA . 30 DE JANEIRO

SOPA  CREME DE COUVE FLOR

PRATO DE CARNE  PÁ DE PORCO ESTUFADA COM ESPARGUETE E SALADA DE ALFACE

PRATO DE PEIXE  RED FISH ASSADO COM BATATA ASSADA E SALADA DE ALFACE

SEXTA-FEIRA . 31 DE JANEIRO

SOPA  NABO

PRATO DE CARNE  HAMBÚRGUER GRELHADO COM ARROZ DE LEGUMES (BRÓCOLOS E CENOURA)

PRATO DE PEIXE  FILETES DE BACALHAU NO FORNO COM SALADA DE BATATA E LEGUMES (BRÓCOLOS, CENOURA E CURGETE)