

EMENTA GERAL: 05 a 11 de Março de 2018

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
ALMOÇO	SOPA	Grão	Lombardo	Abóbora	Ervilhas	Nabiças	Alho Francês	Canja
	GERAL	Perca no grelhada com batata cozida e brócolos	Vitela estufada com esparguete ,e salada de tomate	Pescada Frita com Arroz de Tomate e salada de alface e pepino	Cozido à portuguesa	Arroz de tamboril e salada de Alface	Coelho à caçador com cenoura e brócolos cozidos	Salada de grão com paloco e couve cozida
	DIETA	Perca no grelhada com batata cozida e brócolos	Vitela estufada com esparguete e salada de tomate	Pescada no Forno com Arroz e Salada	Cozido à portuguesa sem enchidos	Arroz simples de Peixe (pescada/ Tamboril) com, Salada de Alface	Coelho estufado simples, batata cozida ,com cenoura e brócolos	Red-Fish no Forno ao Natural com Batata e cenoura cozida
	SOBREMESA	Gelatina	Fruta da Época	Pudim	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
	SAD	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral
JANTAR	SOPA	Cenoura	Brócolos	Feijão Verde	Couve Flôr	Juliana	Espinafres	Legumes
	GERAL	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Paio	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Fiambre	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Queijo	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Paio	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Fiambre	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Queijo Fresco	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Chourição
	SOBREMESA	Maçã Assada	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Maçã Assada	Fruta da Época	Fruta da Época

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
ALMOÇO	SOPA	Legumes	Grelós	Juliana	Abóbora com massinhas	Feijão Manteiga e nabicas	Couve Portuguesa	Feijão Verde
	GERAL	Panados de Porco com Arroz de Feijão, e Salada de Tomate e Pepino	Peixe Espada Grelhado com Batata Cozida e feijão Verde	Feijoada à transmontada	Frango Corado com Arroz de ervilhas, e Salada de Alface e Cenoura	Red-fish Estufado com Batata e brócolos	Lulas Estufadas com Arroz de legumes e Salada de Tomate	Strogonoff de peru com Esparguete e Salada de Alface
	DIETA	Bife de peru Grelhados com Esparguete e Salada de Tomate e Pepino	Peixe Espada Grelhado com Batata Cozida e Feijão Verde	Bifana grelhada com arroz e salada mista	Frango Assado simples com Arroz, Salada de Alface e Cenoura	Red-fish Estufado com Batata e brócolos	Lulas Estufadas com Arroz de legumes e Salada de Tomate	Perna de Peru no Forno ao natural com Macarronete e Salada de Alface e Pepino
	SOBREMESA	Gelatina	Fruta da Época	Salada de Fruta	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
	SAD	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral
JANTAR	SOPA	Cenoura	Couve-Flôr	Ervilhas	Bócolos	Espinafres	Alho francês	Macedónea
	GERAL	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Paio	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Fiambre	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Queijo	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Paio	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Fiambre	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Queijo Fresco	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Chourição
	SOBREMESA	Maçã Assada	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Maçã Assada	Fruta da Época	Fruta da Época

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
ALMOÇO	SOPA	Agrião	Espinafres e grão	Nabiças	Repolho	Couve Flôr	Caldo Verde	Sopa de Peixe
	GERAL	Solha no Forno com arroz alegre e Cenoura ralada	Carne de porco à portuguesa e salada mista	Salada Russa de Atum (masssa)	Bife de peru grelhado com arroz de lombardo, e Salada de Tomate e Pepino	Abrótea de escabeche com Batata e Brócolos	Costeletas estufadas com macarrão e couve cozida	Peixe espada à espanhola e cenoura ralada
	DIETA	Solha Grelhada com arroz alegre e Cenoura	Cubos de porco estufados com batata cozida e salada mista	Pescada cozida com Macedónia de Legumes	Bife de Peru Grelhado com arroz de lombardo e Salada de Tomate e Pepino	Abrótea estufada com Batata e Brócolos	Costeletas estufadas com macarrão e couve cozida	Peixe espada à espanhola e cenoura ralada
	SOBREMESA	Gelatina	Fruta da Época	Arroz Doce	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
	SAD	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral
JANTAR	SOPA	Abóbora	Brócolos	Primavera	Legumes	Couve Portuguesa	Cenoura	Ervilhas
	GERAL	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Paio	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Fiambre	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Queijo	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Paio	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Fiambre	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Queijo Fresco	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Chourição
	SOBREMESA	Maçã Assada	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Maçã Assada	Fruta da Época	Fruta da Época

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
ALMOÇO	SOPA	Feijão Verde	Feijão Branco	Lombardo	Espinafres	Ervilha	Ministrone	Caldo verde
	GERAL	Vitela estufada com legumes e massa tricolor	Pescada Cozida com Batata e Feijão Verde	Frango Assado com arroz de cenoura e Salada de Alface e Tomate	Pá de Porco estufada com Batata Assada e Cenoura	Rissóis de camarão com Arroz de Tomate e Salada de Alface e Pepino	Massada de bacalhau com pimentos e couve-flor cozida	Borrego no tacho com batata à padeiro e salada mista
	DIETA	Cubos de Vitela Estufados Simples com Massa e Cenoura	Pescada Cozida com Batata e Feijão Verde	Frango Assado ao Natural com arroz de cenoura e Salada de Alface e Tomate	Perna de Peru no Forno ao Natural com Batata Cozida e Cenoura	Pescada no Forno com Arroz e Salada	Massada de bacalhau simples com couve-flor cozida	Borrego no tacho simples com batata cozida e salada mista
	SOBREMESA	Gelatina	Fruta da Época	Mousse de Manga	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
	SAD	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral	Igual à Dieta Geral
JANTAR	SOPA	Cenoura	Macedonia	Lombardo	Brócolos	Juliana	Abóbora	Primavera
	GERAL	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Paio	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Fiambre	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Queijo	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Paio	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Fiambre	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Queijo Fresco	1 Pão tipo mistura (50 gr) com Chourição
	SOBREMESA	Maçã Assada	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Maçã Assada	Fruta da Época	Fruta da Época

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais