



EMENTA

Nº 2

Data 25 de Novembro a 1 de Dezembro

Local Edifício Sede

2ª FEIRA	SOPA	Creme de Cenoura	
	PRATO	Febras de cebolada com arroz de cenoura e brócolos	
	DIABÉTICOS	Febras de cebolada com arroz de cenoura e brócolos	
	SEM GORDURA	Febras grelhadas com arroz de cenoura e brócolos	
	COZIDOS E GRELHADOS	Febras grelhadas com arroz de cenoura e brócolos	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	
3ª FEIRA	SOPA	Alho francês	
	PRATO	Abrótea cozida com batata e feijão verde salteado	
	DIABÉTICOS	Abrótea cozida com batata e feijão verde salteado	
	SEM GORDURA	Abrótea cozida com batata e feijão verde salteado	
	COZIDOS E GRELHADOS	Abrótea cozida com batata e feijão verde salteado	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	
4ª FEIRA	SOPA	Agrião	
	PRATO	Esparguete a bolonhesa com salada mista	
	DIABÉTICOS	Esparguete a bolonhesa com salada mista	
	SEM GORDURA	Bife de novilho grelhado com esparguete e salada mista	
	COZIDOS E GRELHADOS	Bife de novilho grelhado com esparguete e salada mista	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	
5ª FEIRA	SOPA	Creme de ervilhas	
	PRATO	Red fish no forno com batata e couve bruxelas	
	DIABÉTICOS	Red fish no forno com batata e couve bruxelas	
	SEM GORDURA	Red fish cozido com batata e couve bruxelas	
	COZIDOS E GRELHADOS	Red fish cozido com batata e couve bruxelas	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	
6ª FEIRA	SOPA	nabiça	
	PRATO	Strogonoff de peru com macarrão e salada	
	DIABÉTICOS	Strogonoff de peru com macarrão e salada	
	SEM GORDURA	Bife de peru com macarrão e salada	
	COZIDOS E GRELHADOS	Bife de peru com macarrão e salada	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	
SÁBADO	SOPA	Brócolos	
	PRATO	Perca no forno com batata e couve flor	
	DIABÉTICOS	Perca no forno com batata e couve flor	
	SEM GORDURA	Perca no forno (s/gordura) com batata e couve flor	
	COZIDOS E GRELHADOS	Perca no forno (s/gordura) com batata e couve flor	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	
DOMINGO	SOPA	Macedónia	
	PRATO	Frango estufado com macedónia de legumes e arroz branco	
	DIABÉTICOS	Frango estufado com macedónia de legumes e arroz branco	
	SEM GORDURA	Frango cozido com macedónia de legumes e arroz branco	
	COZIDOS E GRELHADOS	Frango estufado com macedónia de legumes e arroz branco	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

