



## EMENTA

Nº 3

Data 24 a 30 de Março

Local Edifício Sede

2ª FEIRA	SOPA	Creme de Cenoura	
	PRATO	Perna de frango com arroz e salada	
	DIABÉTICOS	Perna de frango com arroz e salada	
	SEM GORDURA	Bife de frango com arroz e salada	
	COZIDOS E GRELHADOS	Bife de frango com arroz e salada	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	
3ª FEIRA	SOPA	Nabiça com feijão	
	PRATO	Massinha de peixe	
	DIABÉTICOS	Pescada cozida com batata e feijão verde	
	SEM GORDURA	Pescada cozida com batata e feijão verde	
	COZIDOS E GRELHADOS	Pescada cozida com batata e feijão verde	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	
4ª FEIRA	SOPA	Macedónia	
	PRATO	Jardineira de porco	
	DIABÉTICOS	Jardineira de porco	
	SEM GORDURA	Rojões de porco cozidos com batata	
	COZIDOS E GRELHADOS	Rojões de porco cozidos com batata	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	
5ª FEIRA	SOPA	Creme de Abóbora	
	PRATO	Salmão no forno com batata assada e salada	
	DIABÉTICOS	Salmão no forno com batata assada e salada	
	SEM GORDURA	Salmão grelhado com batata assada e salada	
	COZIDOS E GRELHADOS	Salmão grelhado com batata assada e salada	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	
6ª FEIRA	SOPA	Caldo verde	
	PRATO	Esparguete a bolonhesa com salada mista	
	DIABÉTICOS	Esparguete a bolonhesa com salada mista	
	SEM GORDURA	Novilho cozido com esparguete e salada mista	
	COZIDOS E GRELHADOS	Novilho cozido com esparguete e salada mista	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	
SÁBADO	SOPA	Creme de legumes	
	PRATO	Corvina no forno com batata e couve de bruxelas	
	DIABÉTICOS	Corvina no forno com batata e couve de bruxelas	
	SEM GORDURA	Corvina no forno (s/ gordura) com batata e couve de bruxelas	
	COZIDOS E GRELHADOS	Corvina no forno (s/ gordura) com batata e couve de bruxelas	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	
DOMINGO	SOPA	Feijão verde	
	PRATO	Bife de peru grelhado com arroz e brócolos	
	DIABÉTICOS	Bife de peru grelhado com arroz e brócolos	
	SEM GORDURA	Bife de peru grelhado com arroz e brócolos	
	COZIDOS E GRELHADOS	Bife de peru grelhado com arroz e brócolos	
	SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa	

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

