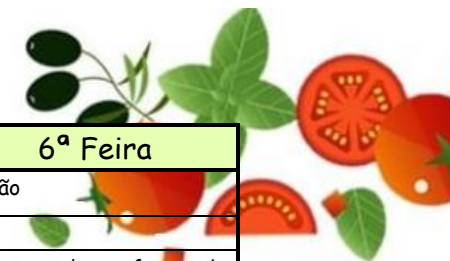


# ementa

Setembro de 2023



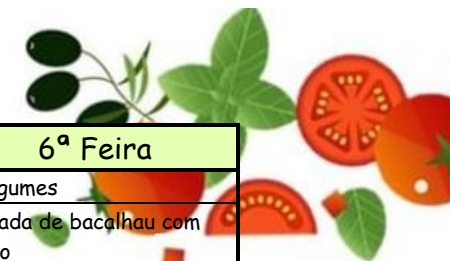
| Dias  | Ementa    | 2ª Feira                              | 3ª Feira                                            | 4ª Feira                                          | 5ª Feira                            | 6ª Feira                                |
|-------|-----------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------|
| 13-15 | Sopa      |                                       |                                                     | Cenoura                                           | Legumes                             | Grão                                    |
|       | Peixe     |                                       |                                                     |                                                   | Salada Russa                        |                                         |
|       | Carne     |                                       |                                                     | Esparguete Bolonhesa                              |                                     | Entremeadas no forno c/<br>batata frita |
|       | Sal & Veg |                                       |                                                     | Saladas                                           | Salada Mista                        | Salada Mista                            |
|       | Sobr.     |                                       |                                                     | Fruta                                             | Fruta                               | Mousse de Chocolate                     |
| 18-22 | Sopa      | Espinafres                            | Legumes                                             | Caldo Verde                                       | Feijão com Couve                    | Peixe                                   |
|       | Peixe     |                                       | Tirinhas de choco<br>guisadas com puré de<br>batata |                                                   | Pescada Frita c/ arroz<br>de tomate |                                         |
|       | Carne     | Almondegas com arroz<br>branco        |                                                     | Costeletas de Porco com<br>Massa                  |                                     | Jardineira de Carne                     |
|       | Sal & Veg | Salada Mista                          | Salada de Alface                                    | Salada Mista                                      | Salada Mista                        | Salada Mista                            |
|       | Sobr.     | Fruta                                 | Gelatina                                            | Fruta                                             | Doce                                | Fruta                                   |
| 25-29 | Sopa      | Crema de Cenoura                      | Legumes                                             | Feijão                                            | Juliana                             | Legumes                                 |
|       | Peixe     |                                       | Empadão de Atum                                     |                                                   | Pasteis com arroz de<br>cenoura     |                                         |
|       | Carne     | Bife de Cebolada com<br>Batata Cozida |                                                     | Carne de Porco à<br>Portuguesa c/ Batata<br>Frita |                                     | Espetadas de carne com<br>batata frita  |
|       | Sal & Veg | Salada Mista                          | Salada Mista c/ Milho                               | Salada                                            |                                     | Salada Mista                            |
|       | Sobr.     | Fruta                                 | Gelatina                                            | Fruta                                             | Mousse de Chocolate                 | Fruta                                   |

Nota: O Prato de Dieta tem que ser solicitado na cozinha até às 10.00h



# ementa

Outubro de 2023



| Dias    | Ementa    | 2ª Feira                             | 3ª Feira                                 | 4ª Feira                          | 5ª Feira                     | 6ª Feira                             |
|---------|-----------|--------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|--------------------------------------|
| 2 - 6   | Sopa      | Legumes                              | Caldo Verde                              | Nabiças                           |                              | Legumes                              |
|         | Peixe     |                                      | Salada de Atum com feijão frade          |                                   |                              | Salada de bacalhau com grão          |
|         | Carne     | Esparguete Bolonhesa                 |                                          | Carne de Porco à Portuguesa       | Feriado                      |                                      |
|         | Sal & Veg | Salada Mista                         | Salada Mista c/ Milho                    | Salada Mista                      |                              | Saladas                              |
|         | Sobr.     | Fruta da Época                       | Fruta                                    | Mousse de Chocolate               |                              | Fruta                                |
| 9 - 13  | Sopa      | Alho Francês                         | Canja                                    | Couve                             | Feijão                       | Peixe                                |
|         | Peixe     |                                      | Peixe assado no forno com puré de batata |                                   | Empadão de Atum              |                                      |
|         | Carne     | Costeletas de Porco com Massa        |                                          | Lasanha de carne                  |                              | Bifes de peru com arroz de cenoura   |
|         | Sal & Veg | Salada Mista                         | Salada de Alface                         | Salada Mista                      | Salada Mista                 | Salada Mista                         |
|         | Sobr.     | Fruta                                | Gelatina                                 | Fruta                             | Doce                         | Fruta                                |
| 16 - 20 | Sopa      | Feijão Verde                         | Legumes                                  | Nabiça com Grão                   | Canja                        | Agrião                               |
|         | Peixe     |                                      | Pescada frita com arroz de tomate        |                                   | Arroz de Peixe               |                                      |
|         | Carne     | Almôndegas com arroz branco          |                                          | Frango Estufado c/ massa espiral  |                              | Carne estufada com Arroz de Ervilhas |
|         | Sal & Veg | Salada Mista                         | Vegetais Salteados                       | Salada Mista                      | Salada Mista                 | Salada Mista                         |
|         | Sobr.     | Fruta da Época                       | Doce                                     | Fruta da Época                    | Doce                         | Fruta                                |
| 23 - 27 | Sopa      | Legumes                              | Canja                                    | Cenoura                           | Nabiças                      | Espinafres                           |
|         | Peixe     |                                      | Filetes Dourados com macedónia           |                                   | Pastéis com arroz de cenoura |                                      |
|         | Carne     | Bifinhos de Frango c/ puré de batata |                                          | Carne assada com batata frita     |                              | Frango de Fricassé com Arroz Branco  |
|         | Sal & Veg | Salada Mista c/ Milho                | Salada Mista                             | Salada de Alface e Cenoura Ralada | Vegetais salteados           | Salada Mista                         |
|         | Sobr.     | Fruta                                | Fruta                                    | Doce                              | Fruta                        | Doce                                 |

Nota: O Prato de Dieta tem que ser solicitado na cozinha até às 10.00h

