

Semana – 13 a 17 de novembro de 2023

Segunda-Feira (13-11-2023)

Sopa: Nabiça

Prato: Pescada à saloia c/ batata, ervilhas, cenoura, salada de alface, tomate e pepino

Prato Veg: Salada de batata c/ ervilhas, cenoura, brócolos e salada

Sobremesa: Fruta da Época 3 variedades



Terça-Feira (14-11-2023)

Sopa: Couve flor

Prato: Nuggets de frango c/ arroz de grelos, salada de alface, tomate e rúcula

Prato Veg: Pastéis de grão c/ abóbora, curgete, arroz de grelos, salada

Sobremesa: Fruta da Época 3 variedades



Quarta-Feira (15-11-2023)

Sopa: Macedónia de legumes

Prato: Bacalhau espiritual c/ salada de alface, tomate e agrião

Prato Veg: Lentilhas, vegetais à espiritual e salada

Sobremesa: Fruta da Época 3 variedades



Quinta-Feira (16-11-2023)

Sopa: Alface

Prato: Febras estufadas c/ arroz branco, salada de alface, pepino e beterraba

Prato Veg: Cogumelos estufados c/ brócolos, couve, arroz branco e salada

Sobremesa: Fruta da época 3 variedades



Sexta-Feira (17-11-2023)

Sopa: Creme de curgete

Prato: Massa colorida c/ atum e legumes, salada de alface, milho e couve branca

Prato Veg: Arroz de favas c/ legumes e salada

Sobremesa: Fruta da época 3 variedades



* A ementa pode ser sujeita a alterações



Data

06 de Novembro 2023