



ASSOCIAÇÃO  
SOCIAL  
CULTURAL  
RECREATIVA  
CHORENTE



## Ementa Semanal De 6 a 10 de janeiro de 2025

	Sopa	Prato	Sobremesa
<b>Segunda-feira</b>	Sopa de Nabos	Granadeiro assado no forno acompanhar arroz de cenoura, feijão verde e ervilha 	Fruta da época
<b>Terça-feira</b>	Sopa de Abóbora	Massa à bolonhesa com cenoura e pimento – Salada de alface 	Fruta da época
<b>Quarta-feira</b>	Sopa de grão de bico	Filetes de pescada com arroz de feijão 	Gelatina
<b>Quinta-feira</b>	Sopa de Alho Francês	Peito de frango no forno com molho de laranja acompanhar massa – Salada de alface 	Fruta da época
<b>Sexta-feira</b>	Sopa de couve-lombarda	Perna de porco dourada com cenoura, couve-flor, brócolos, alho francês e batata assada	Fruta da época

\*Ementa sujeita a alterações

\*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

### LEGENDA:





ASSOCIAÇÃO  
SOCIAL  
CULTURAL  
RECREATIVA  
CHORENTE



## Ementa Semanal De 13 a 17 de janeiro de 2025

	Sopa	Prato	Sobremesa
<b>Segunda-feira</b>	Sopa de Nabijas	Pescada no forno com arroz, brócolos, couve-flor, ervilha e feijão verde 	Fruta da época
<b>Terça-feira</b>	Sopa de Abóbora e Feijão branco	Perna de frango estufada com massa, cenoura, pimento – Salada de alface 	Fruta da época
<b>Quarta-feira</b>	Sopa de Couve penca	Arroz de salmão com salada tomate e milho 	Gelatina
<b>Quinta-feira</b>	Sopa de Couve-flor	Lombo de porco assado com batata assada – Salada de alface	Fruta da época
<b>Sexta-feira</b>	Sopa de Brócolos	Feijão preto com carne de vaca, frango, chouriço acompanha com arroz – Salada de cenoura raspada	Fruta da época

\*Ementa sujeita a alterações

\*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

### LEGENDA:





ASSOCIAÇÃO  
SOCIAL  
CULTURAL  
RECREATIVA  
CHORRENTE



## Ementa Semanal De 20 a 24 de janeiro de 2025

	Sopa	Prato	Sobremesa
<b>Segunda-feira</b>	Sopa de Feijão Vermelho	Peixe à brás com cenoura raspada 	Fruta da época
<b>Terça-feira</b>	Sopa de Feijão verde	Estrogonof de frango acompanha arroz com pimento, brócolos e couve-flor	Fruta da época
<b>Quarta-feira</b>	Canja 	Bolonhesa de atum (massa esparguete, atum, ervilha e feijão verde)  	Gelatina
<b>Quinta-feira</b>	Sopa de Espinafres	Rojões à moda do Minho acompanhar batata assada – Salada de alface	Fruta da época
<b>Sexta-feira</b>	Sopa de cenoura e ervilhas	Bacalhau com feijão frade e arroz branco – Salada de beterraba e tomate 	Fruta da época

\*Ementa sujeita a alterações

\*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

### LEGENDA:





ASSOCIAÇÃO  
SOCIAL  
CULTURAL  
RECREATIVA  
CHORRENTE



## Ementa Semanal De 27 a 31 de janeiro de 2025

	Sopa	Prato	Sobremesa
<b>Segunda-feira</b>	Sopa de grão de bico	Almondegas de aves com massa e molho de tomate, bróculos, couve-flor e cenoura – Salada de alface 	Fruta da época
<b>Terça-feira</b>	Sopa de Nabo	Abrótea assada com arroz colorido (milho, cenoura e ervilha) 	Gelatina
<b>Quarta-feira</b>	Sopa de Couve-coração	Frango com pimento, cenoura, bróculos com batata assada – Salada de alface e beterraba	Fruta da época
<b>Quinta-feira</b>	Sopa de Feijão	Pescada dourada com arroz de feijão – Salada de alface e pepino 	Fruta da época
<b>Sexta-feira</b>	Sopa de Alho Francês	Lombo de porco com massa – Salada de alface e cenoura raspada 	Fruta da época

\*Ementa sujeita a alterações

\*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

### LEGENDA:



GLÚTEN



CRUSTÁCEOS



OVOS



PEIXE



AMENDOIM



SOJA



LEITE



FRUTOS  
DE  
CASCA  
RIJA



AIPO



MOSTARDA



SÉSAMO



SULFITOS



TREMOÇO



MOLUSCULOS