



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 4 a 8 de fevereiro de 2019

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Brócolos	Frango assado acompanhar massa com cenoura e ervilha 	Maçã
Terça-feira	Sopa de Alho Francês	Bolinhos de bacalhau acompanhar arroz - Salada alface e tomate   	Gelatina
Quarta-feira	Sopa de Espinafres	Arroz à valenciana  	Pera
Quinta-feira	Sopa de Nabos	Fêvera de porco acompanhar batata – Salada alface e cenoura  	Laranja
Sexta-feira	Sopa de couve-flor	Filete de pescada no forno acompanhar arroz – Salada alface e pepino  	Banana

*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



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 11 a 15 de fevereiro de 2019

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Couve-flor	Entrecosto com legumes acompanhar massa 	Pera
Terça-feira	Sopa de Lentilhas	Red fish no forno acompanhar arroz de cenoura – Salada de alface 	Maçã
Quarta-feira	Sopa de Nabiça e Cenoura	Feijoada acompanhar arroz branco 	Laranja
Quinta-feira	Sopa de Brócolos	Esparguete com atum e ovo- Salada de alface e repolho 	Gelatina
Sexta-feira	Canja 	Coxinhas de frango acompanhar batata – Salada de alface 	Banana

*Ementa sujeita a alterações

*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

LEGENDA:

													
GLÚTEN	CRUSTÁCEOS	OVOS	PEIXE	AMENDOIM	SOJA	LEITE	FRUTOS DE CASCA RIJA	ALHO	MOSTARDA	SÉSAMO	SULFITOS	TREMOÇO	MOLUSCULOS



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 18 a 22 de fevereiro de 2019

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Couve-flor	Almondegas estufadas com cenoura, ervilhas e massa  	Maçã
Terça-feira	Sopa de Nabos	Rissóis de peixe acompanhar salada russa   	Laranja
Quarta-feira	Sopa de Feijão Vermelho	Costeleta de porco acompanhar arroz– Salada de cenoura e repolho  	Gelatina
Quinta-feira	Sopa de Espinafres	Abrotea assada acompanhar arroz – Salada de alface  	Pera
Sexta-feira	Sopa de Lentilhas	Bifinhos de peru grelhado com molho de cogumelos acompanhar massa  	Banana

*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	SÊSAMO	SULFITOS	TREMOÇO	MOLUSCULOS



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 25 de fevereiro a 1 de março de 2019

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Brócolos	Frango estufado acompanhar massa– Salada de alface  	Maçã
Terça-feira	Sopa de Espinafres	Salada de atum com feijão frade e ovo acompanhar arroz   	Laranja
Quarta-feira	Sopa de Couve galega	Massa à bolonhesa – Salada de alface  	Pera
Quinta-feira	Sopa de Nabos	Filete de fogonero assado no forno acompanhar arroz – Salada de alface e pepino  	Gelatina
Sexta-feira	Sopa de Alho Francês	Rojões acompanhar batata assada – Salada alface, cenoura e cogumelos  	Banana

*Ementa sujeita a alterações

*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

LEGENDA:

