



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 2 a 6 de dezembro de 2019

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Couve-flor	Douradinhos no forno acompanhar arroz – Salada de alface e tomate  	Fruta da época
Terça-feira	Sopa de Nabos	Rancho 	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa de Feijão Vermelho	Rojões acompanhar batata – Salada de alface 	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Espinafres	Filetes de cavala no forno acompanhar massa – Salada de alface 	Fruta da época
Sexta-feira	Sopa de Lentilhas	Arroz de pato – Salada de alface 	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 RUA	AIPO	MOSTARDA	SÉSAMO	SULFITOS	TREMOÇO	MOLUSCOS



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 9 a 13 de dezembro de 2019

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Nabos	Rissóis de peixe acompanhar arroz de feijão 	Fruta da época
Terça-feira	Sopa de Alho Francês	Pá de porco no forno acompanhar massa – Salada de alface	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa de Brócolos	Frango estufado acompanhar batata – Salada de alface  	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Espinafres	Caldeirada de pescada acompanhar arroz – Salada de alface 	Gelatina
Sexta-feira	Sopa de couve-flor	Arroz à valenciana – Salada de alface 	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 RJA	AIPO	MOSTARDA	SÉSAMO	SULFITOS	TREMOÇO	MOLUSCULOS



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 16 a 20 de dezembro de 2019

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Brócolos	Massa com atum – Salada de alface  	Fruta da época
Terça-feira	Sopa de Feijão	Perú assado no forno acompanhar arroz – Salada de alface e pepino 	Sobremesa típica
Quarta-feira	Sopa de Couve galega	Filetes de pescada no forno acompanhar arroz de cenoura e ervilha 	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Nabos	Massa à bolonhesa – Salada alface e cenoura  	Fruta da época
Sexta-feira	Sopa de Alho Francês	Frango no forno acompanhar arroz – Salada de alface e cenoura	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 RÍJA	AIPO	MOSTARDA	SÉSAMO	SULFITOS	TREMOÇO	MOLUSCULOS