CENTRO SOCIAL PAROQUIAL IMACULADO CORAÇÃO DE MARIA

Rua Mosteiro de Banho nº 1959 Vila Cova – Barcelos

Tef.253 862 483



Ementa Semanal

	Segunda-feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Sopa	Brócolos e feijão-manteiga	Nabo	Penca	Cenoura	Couve-coração
Prato	Pescada cozida com batatas, cenoura e penca cozidas[4]	Feijoada	Douradinhos no forno com massa e salada de alface e cenoura[1,2,3,4,5,7,8,11,12,14]	Estufado de frango, batatas, cenoura e feijão-verde	Peixe-vermelho assado com arroz de cenoura e salada de alface[4]
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina[1,3,5,6,7,8,9,10,11,12]	Fruta da época	Fruta da época

Semana: 02 a 06 de dezembro de 2019

A Nutricionista:_____ **A Diretora Técnica:**_____

Jéssica Patrícia Costa, CP: 4053N **Andreia Simões, Dr.ª**

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Frutos de casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de sésamo, 12-Dióxido de enxofre e sulfitos, 13-Tremoço, 14-Moluscos.

CENTRO SOCIAL PAROQUIAL IMACULADO CORAÇÃO DE MARIA

Rua Mosteiro de Banho nº 1959 Vila Cova – Barcelos

Tef.253 862 483

Ementa Semanal



	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Sopa	Alho-francês	Penca	Nabo e feijão-branco	Cenoura	Couve-flor
Prato	Ovos mexidos com cogumelos e arroz de ervilhas[3]	Abrótea assada com batata, cenoura e salada de alface e beterraba[4]	Carne de porco estufada com massa, cenoura e couve-coração	Salada de grão e bacalhau com molho verde e salada de alface[4]	Peru assado com arroz de cenoura e couve-lombarda cozida
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina[1,3,5,6,7,8,9,10,11,12]	Fruta da época	Fruta da época

Semana: 09 a 13 de dezembro de 2019

A Nutricionista:_____

Jéssica Patrícia Costa, CP: 4053N

A Diretora Técnica:_____

Andreia Simões, Dr.ª

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Frutos de casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de sésamo, 12-Dióxido de enxofre e sulfitos, 13-Tremoço, 14-Moluscos.

CENTRO SOCIAL PAROQUIAL IMACULADO CORAÇÃO DE MARIA

Rua Mosteiro de Banho nº 1959 Vila Cova – Barcelos

Tef.253 862 483



Ementa Semanal

	Segunda-Feira	Terça-Feira
Sopa	Brócolos	Couve-coração
Prato	Bife de frango estufado com cogumelos, arroz e salada de alface e beterraba	Bacalhau à espanhola e salada de alface e cenoura[4]
Sobremesa	Mousse[7]	Fruta da época

Semana: 16 a 17 de dezembro de 2019

A Nutricionista:_____

Jéssica Patrícia Costa, CP: 4053N

A Diretora Técnica:_____

Andreia Simões, Dr.ª

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Frutos de casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de sésamo, 12-Dióxido de enxofre e sulfitos, 13-Tremoço, 14-Moluscos.