



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL IMACULADO CORAÇÃO DE MARIA

Rua Mosteiro de Banho n° 1959 Vila Cova – Barcelos

Tef.253 862 483 - Email: geral@cspicm.com



junho

Ementa Semanal

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Sopa	Alho – Francês	Penca	Nabo e Feijão Branco	Curgete	Cenoura
Prato	Feijoada à Brasileira	Empadão de Atum e salada de alface e beterraba (3,4,7)	Carne de Porco Estufada com massa cotovelos e cenoura e salada de tomate	Salada de grão, bacalhau, ovo e molho verde, arroz e salada de alface (4)	Peru assado com massa riscada de cenoura e couve coração (1,3)
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	Fruta da época

Semana: 01 a 05 de junho 2020

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 n° 1959 Vila Cova – Barcelos

Tef.253 862 483 - Email: geral@cspicm.com



Ementa Semanal

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Sopa	Penca	Couve-coração	Feriado	Feriado	Curgete
Prato	Tintureira frita com arroz e salada de alface (1,3,4)	Jardineira de frango			Peixe-vermelho estufado com arroz, couve-coração e cenoura cozidos (4)
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época			Fruta da época

Semana: 08 a 12 de junho 2020

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 n° 1959 Vila Cova – Barcelos

Tef.253 862 483 - Email: geral@cspicm.com



Ementa Semanal

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Sopa	Couve-coração e feijão-vermelho	Alho-francês	Couve-lombarda	Couve-coração	Abóbora
Prato	Arroz de pato com salada de alface e beterraba	Pescada assada com salada russa (ovo cozido, batata, cenoura, ervilhas) (3,4)	Estufado de carne de vaca, massa riscada, cenoura e couve-coração	Abrótea assada com arroz e salada de tomate e pepino (4)	Ovos mexidos com massa espiral e salada de tomate (4)
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	Fruta da época

Semana: 15 a 19 de junho 2020

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 n° 1959 Vila Cova – Barcelos

Tef.253 862 483 - Email: geral@cspicm.com



Ementa Semanal

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Sopa	Espinafres	Cenoura e feijão-branco	Alho-francês	Couve-lombarda	Penca
Prato	Empadão de bacalhau com salada de alface (3,4,7)	Esparguete à bolonhesa e salada de alface e tomate (1,3)	Filete de pescada no forno com arroz, cenoura e repolho (4)	Frango assado com batatas estufadas e salada de alface e pepino (3,7)	Solha no forno com arroz de ervilhas e couve-lombarda cozida (4)
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	Fruta da época

Semana: 22 a 26 de junho 2020

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 n° 1959 Vila Nova – Barcelos

Tef.253 862 483 - Email: geral@cspicm.com



Ementa Semanal

	Segunda-Feira	Terça-Feira
Sopa	Abóbora	Couve-coração
Prato	Frango estufado com cenoura, arroz e salada de alface e tomate	Pota cozida com batata, penca e molho verde (14)
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época

A Diretora Técnica: _____
Andreia Simões, Dr.^a

Semana: 29 e 30 de junho 2020

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.