



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 5 a 9 de outubro de 2020

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira		FERIADO	
Terça-feira	Sopa de Alho Francês	Bacalhau no forno acompanhar arroz – Salada de alface 	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa de Brócolos	Lombo dourado acompanhar massa, cenoura e ervilha 	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Nabos	Red fish acompanhar batata estufada – Salada alface e tomate 	Fruta da época
Sexta-feira	Sopa de couve-flor	Feijoada acompanhar arroz branco	Fruta da época

*Ementa sujeita a alterações

*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

LEGENDA:





ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 12 a 16 de outubro de 2020

**16 de outubro – Dia Mundial da Alimentação
Semana das Sopas – “5 Cores 5 Sabores”**

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Creme de Abóbora	Almondegas de vaca estufadas com pimento, cenoura e coração acompanhar massa 	Fruta da época
Terça-feira	Sopa de Espinafres	Atum com feijão frade e ovo acompanhar arroz  	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa de Lentilhas	Jardineira 	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Couve-flor e Feijão Branco	Abrotea assada no forno acompanhar arroz – Salada de alface e tomate 	Gelatina
Sexta-feira	Sopa de Couve-roxa e Beterraba	Estrogonofe de peru com batata, cenoura e ervilha	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



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 19 a 23 de outubro de 2020

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Couve-flor	Douradinhos no forno acompanhar arroz– Salada mista (repolho, cenoura e cogumelos  ou milho)  	Fruta da época
Terça-feira	Sopa de Nabos	Rancho com batata 	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa de Feijão Vermelho	Fêveras acompanhar massa – Salada de alface e tomate  	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Espinafres	Filetes de cavala no forno acompanhar massa com cenoura e ervilha  	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
RIJA



AIPO



MOSTARDA



SÉSAMO



SULFITOS



TREMOÇO



MOLUSCULOS



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 26 a 30 de outubro de 2020

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Nabos	Bacalhau com grão de bico e ovo acompanhar arroz  	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, cenoura, pimento e ervilha 	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Espinafres	Caldeirada de pescada acompanhar arroz 	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:

