

Número de Ementa Semanal: 8

Semana		SOPA		PRATO	SOBREMESA	ALERGÉNEOS
28/09/2020	2ª	Sopa de legumes	Prato	Massa à bolonhesa / salada de alface e cenoura	Pêra	12,1,3
			Dieta	Carne cozida com massa de cenoura	Pêra	1,3
	3ª	Canja de galinha	Prato	Peixe-espada grelhado com salada de arroz, ervilhas e cenoura, grão-de-bico	Ameixa	4,3,1,7
			Dieta	Peixe-espada grelhado arroz, ervilhas e cenoura, grão-de-bico	Maçã	4
a	4ª	Sopa de feijão-verde	Prato	Carne de porco à Alentejana batata no forno/salada de alface e tomate	Laranja	12,14
			Dieta	Carne de porco cozido com arroz	Pêra	
02/10/2020	5ª	Creme de alho francês	Prato	Panado de frango massa à italiana /salada de cenoura e alface	Melo	12,1,3
			Dieta	Frango cozido e massa	Maçã	1,3
	6ª	Creme de cenoura	Prato	Pescada assada batata cenoura/ salada de alface e tomate	Nectarina	4
			Dieta	Pescada cozida com arroz	Maçã	4

NOTA: As ementas podem sofrer alterações por motivos de força maior.

Número de Ementa Semanal: **9**

[illegible]

NOTA: As ementas podem sofrer alterações por motivos de força maior.

Número de Ementa Semanal: 1

Semana		SOPA		PRATO	SOBREMESA	Alergêneos
12/10/2020	2 ^a	Creme de alface	Prato	Tirinhas de vitela com cogumelos massa /alface e cenoura	Pêra	1,3,12
			Dieta	Tirinhas de vitela cozida com massa e cenoura	Pêra	1,3
	3 ^a	Sopa de lentilhas	Prato	Marmota com arroz de tomate ervilhas /alface, tomate	Banana	1,14
			Dieta	Marmota cozida com arroz de cenoura	Maçã	4
16/10/2020	4 ^a	Sopa de espinafres	Prato	Peru assado e batata /salada de couve-coração, roxa, cenoura	Laranja	12
			Dieta	Peru assado e batata /salada de couve-coração, roxa, cenoura	Maçã	
	5 ^a	Sopa de feijão-verde	Prato	Salada de arroz com atum, ovo, cenoura, feijão-verde	logurte	3, 4
			Dieta	Pescada cozida com arroz	Maçã	4
	6 ^a	Sopa de couve-coração e feijão	Prato	Frango com massa salada de alface, tomate e pepino	Maçã	1, 3,12
			Dieta	Frango cozido com massa e cenoura	Pêra	1, 3, 12

NOTA: As ementas podem sofrer alterações por motivos de força maior.

Número de Ementa Semanal: 2

Semana		SOPA		PRATO	SOBREMESA	ALERGÊNEOS
19/10/2020	2 ^a	Caldo verde de curgete	Prato	Rancho de carnes (novilho, porco) salada de alface e tomate	Laranja	1,3,12
			Dieta	Carne novilho cozida com massa	Maçã	1, 3
	3 ^a	Sopa de couve penca	Prato	Filetes de pescada no forno com batata jardineira de legumes	Pêra	1,3,4
			Dieta	Pescada cozida com batata Jardineira de legumes	Pêra	1,3,12
23/10/2020	4 ^a	Creme de espinafres	Prato	Arroz de pato alface e cenoura	Kiwi	12
			Dieta	Arroz de pato cozido e cenoura	Maçã	
	5 ^a	Sopa de feijão-verde	Prato	Rojões com batata couve coração	Maçã	12
			Dieta	Carne de porco cozido com batata	Maçã	
	6 ^a	Sopa de couve coração	Prato	Pescada grelhada com salada de feijão-frade, ovo, arroz, salada de alface	Gelatina	3,4
			Dieta	Pescada cozida com arroz branco	Maçã	4

NOTA: As ementas podem sofrer alterações por motivos de força maior.

Número de Ementa Semanal: **3**

Semana		SOPA		PRATO	SOBREMESA	ALERGÉNEOS
26/10/2020 a 30/10/2020	2ª	Sopa de legumes	Prato	Feijoada de novilho salada de alface e cenoura	Pêra	12
			Dieta	Carne de novilho com massa branco	Maçã	1,3,12
	3ª	Creme couve coração	Prato	Pescada assada com broa e arroz de legumes	Abacaxi/Maçã	1,3,4,7
			Dieta	Pescada assada e arroz de legumes	Maçã	1,3,12
	4ª	Sopa de alho-francês	Prato	Fêvera grelhada com batata a murro /milho cenoura e alface	Laranja	12
			Dieta	Fêvera grelhada com batata a murro /milho cenoura e alface	Pêra	12
	5ª	Creme de cenoura e abóbora	Prato	Frango assado com massa do mesmo/ couve roxa, branca, alface e cenoura	Maçã	1,3,12
			Dieta	Frango assado com massa do mesmo/ couve roxa, branca, alface e cenoura	Maçã	1,3,12
	6ª	Sopa de penca	Prato	Sardinhas com arroz de tomate /couve coração ao vapor	Banana	1, 12,4
			Dieta	Pescada cozida /couve coração ao vapor	Maçã cozida	4

NOTA: As ementas podem sofrer alterações por motivos de força maior.