

EMENTA - Almoço

Período de 05-01-2015 a 30-01-2015

Dia 05-01-2015 - Segunda-feira

Peixe

Sopa Abóbora e nabo
Prato Massa de atum e macedónia
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Massa de atum e macedónia
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Abóbora e nabo
Sobremesa Fruta

Dia 06-01-2015 - Terça-feira

Carne

Sopa Legumes
Prato Frango assado com arroz e brócolos
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Frango assado com arroz e brócolos
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Legumes
Sobremesa Fruta

Dia 07-01-2015 - Quarta-feira

Peixe

Sopa Batata doce com alho francês
Prato Salada de bacalhau com grão e cenoura raspada
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Salada de bacalhau com grão e feijão verde
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Batata doce com alho francês
Sobremesa Fruta

Dia 08-01-2015 - Quinta-feira

Carne

Sopa Caldo verde
Prato Almôndegas de vaca no forno com massa e feijão verde
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Almôndegas de vaca no forno com massa e feijão verde
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Caldo verde
Sobremesa Fruta

Dia 09-01-2015 - Sexta-feira

Peixe

Sopa Cenoura e brócolos
Prato Pescada com arroz, cenoura, alface e tomate
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Pescada com arroz, cenoura, alface e tomate
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Cenoura e brócolos
Sobremesa Fruta

Dia 12-01-2015 - Segunda-feira

Carne

Sopa Agrião
Prato Costeleta estufada com massa e beterraba
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Costeleta estufada com massa e beterraba
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Agrião
Sobremesa Fruta

Dia 13-01-2015 - Terça-feira

Peixe

Sopa Abóbora com repolho
Prato Omelete com arroz, milho doce e cenoura
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Omelete com arroz, milho doce e cenoura
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Abóbora com repolho

Sobremesa Fruta

Dia 14-01-2015 - Quarta-feira

Carne

Sopa Juliana
Prato Esparguete à bolonhesa com alface e pepino
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Esparguete à bolonhesa com alface e pepino
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Juliana
Sobremesa Fruta

Dia 15-01-2015 - Quinta-feira

Peixe

Sopa Cenoura com feijão vermelho
Prato Salada russa de atum com macedónia
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Salada russa de atum com macedónia
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Cenoura com feijão vermelho
Sobremesa Fruta

Dia 16-01-2015 - Sexta-feira

Carne

Sopa Couve bruxelas
Prato Frango assado com arroz e feijão verde
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Frango assado com arroz e feijão verde
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Couve bruxelas
Sobremesa Fruta

Dia 19-01-2015 - Segunda-feira

Peixe

Sopa Creme de abóbora com massinhas
Prato Douradinhos no forno com arroz, pepino e tomate aos cubos
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Douradinhos no forno com arroz, pepino e tomate aos cubos
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Creme de abóbora com massinhas
Sobremesa Fruta

Dia 20-01-2015 - Terça-feira

Carne

Sopa Espinafres
Prato Amôndegas no forno com massa e feijão verde
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Amôndegas no forno com massa e feijão verde
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Espinafres
Sobremesa Fruta

Dia 21-01-2015 - Quarta-feira

Peixe

Sopa Cenoura e ervilhas
Prato Pescada no forno com arroz e brócolos
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Pescada no forno com arroz e brócolos
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Cenoura e ervilhas
Sobremesa Fruta

Dia 22-01-2015 - Quinta-feira

Carne

Sopa Feijão verde
Prato Carne de porco estufada com cuscuz e cenoura
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Carne de porco estufada com cuscuz e cenoura
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Feijão verde
Sobremesa Fruta

Dia 23-01-2015 - Sexta-feira

Peixe

Sopa Couve flor com alho francês
Prato Esparguete à marinheiro com alface e milho doce
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Esparguete à marinheiro com alface e milho doce
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Couve flor com alho francês
Sobremesa Fruta

Dia 26-01-2015 - Segunda-feira

Carne

Sopa Canja
Prato Frango assado com massa e beterraba
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Frango assado com massa e beterraba
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Canja
Sobremesa Fruta

Dia 27-01-2015 - Terça-feira

Peixe

Sopa Creme de couve flor com acelgas
Prato Ovos cozidos com salsichas, arroz e feijão verde
Sobremesa Fruta

Prato

Prato Ovos cozidos com salsichas, arroz e feijão verde
Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Creme de couve flor com acelgas
Sobremesa Fruta

Dia 28-01-2015 - Quarta-feira

Carne

Sopa Alho francês e feijão verde
Prato Massa de peru com ervilhas, milho doce e cenoura
Sobremesa Fruta

Dia 29-01-2015 - Quinta-feira

Peixe

Sopa Abóbora com grão
Prato Empadão de atum com alface e tomate

Sobremesa Fruta

Prato

Prato Empadão de atum com alface e tomate

Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Abóbora com grão

Sobremesa Fruta

Dia 30-01-2015 - Sexta-feira

Carne

Sopa Brócolos

Prato Feijoada com couve, cenoura e arroz branco

Sobremesa Fruta

Prato

Prato Feijoada com couve, cenoura e arroz branco

Sobremesa Fruta

Sopa

Sopa Brócolos

Sobremesa Fruta