



EMENTA ALMOÇO (sopa, prato e fruta)

janeiro

Semana de 01 a 03 de Jan.

(sopa, prato e fruta)

4ª Feira Dia 01	FERIADO
5ª Feira Dia 02	ENCERRADO
6ª Feira Dia 03	Creme cenoura Atum c/ espirais, feijão verde e cenoura Maçã

Semana de 13 a 17 de Jan.

(sopa, prato e fruta)

2ª Feira Dia 13	Sopa de lombardo Arroz de peixe e brócolos Maçã
3ª Feira Dia 14	Sopa de abóbora Bifinhos c/ cogumelos e espirais Pera
4ª Feira Dia 15	Creme de cenoura Peixe cozido c/ feijão frade Banana
5ª Feira Dia 16	Creme brócolos Empadão de carne c/ arroz e couves de Bruxelas Maçã
6ª Feira Dia 17	Creme espinafres Peixe c/ massinhas Pera

Semana de 27 a 31 de Jan.

(sopa, prato e fruta)

2ª Feira Dia 27	Creme abóbora Peixe estufado, arroz e brócolos Maçã
3ª Feira Dia 28	Creme couve flor Carne estufada com cenouras e cuscuz Pera
4ª Feira Dia 29	Sopa de lombardo Peixe à Gomes Sá Banana
5ª Feira Dia 30	Sopa de cenoura Almôndegas c/ esparguete Pera
6ª Feira Dia 31	Sopa de ervilhas Empadão de Peixe (arroz) c/ salada Maçã

Semana de 06 a 10 de Jan.

(sopa, prato e fruta)

2ª Feira Dia 06	Creme couve Flôr Frango guisado, cuscuz e ervilhas estufadas Pera
3ª Feira Dia 07	Sopa de ervilhas Peixe à Bráz e salada Maçã
4ª Feira Dia 08	Creme alho francês Ovos mexidos c/ salchichas, arroz de ervilhas Banana
5ª Feira Dia 09	Creme cenoura Caldeirada Pera
6ª Feira Dia 10	Sopa de feijão Esparguete à Bolonhesa Maçã

Semana de 20 e 24 Jan.

(sopa, prato e fruta)

2ª Feira Dia 20	Creme abóbora Hambúrgueres c/ cogumelos e arroz de cenoura Maçã
3ª Feira Dia 21	Creme couve Flôr Caldeirada Pera
4ª Feira Dia 22	Sopa Lombardo Frango estufado c/ puré Banana
5ª Feira Dia 23	Creme Cenoura Atum c/ espirais, feijão verde e cenoura Pera
6ª Feira Dia 24	Sopa espinafres Picadinho c/ arroz e feijão preto Maçã