



EMENTA SEMANAL S.A.D

Semana de 25/11/2024 a 01/12/2024

48

DIA DA SEMANA	P.ALMOÇO	ALMOÇO		JANTAR	
2ªFeira	Leite Chá Café Pão com Queijo	SOPA: Juliana SEGUNDO: Feijoada DIETA: Febra grelhada com arroz e couve SOBREMESA: Fruta da época		SOPA: Juliana SEGUNDO: Arroz de peixe com brócolos DIETA: Peixe grelhado com arroz e brócolos SOBREMESA: Fruta da época	
3ªFeira	Leite Chá Café Pão com Marmelada	SOPA: Feijão verde SEGUNDO: Salada russa com pescada frita DIETA: Salada russa com peixe cozido SOBREMESA: Fruta da época		SOPA: Feijão verde SEGUNDO: Frango estufado com espirais e salada DIETA: Frango grelhado com espirais e salada SOBREMESA: Fruta da época	
4ªFeira	Leite Chá Café Pão com Manteiga	SOPA: Espinafres SEGUNDO: Costoleta grelhada c/ arroz de cenoura e brócolos DIETA: Costoleta grelhada c/arroz de cenoura e brócolos SOBREMESA: Mousse de chocolate		SOPA: Espinafres SEGUNDO: Peixe assado com batata e feijão verde DIETA: Peixe grelhado com batata e feijão verde SOBREMESA: Fruta da época	
5ªFeira	Leite Chá Café Pão com Chouriço	SOPA: Feijão SEGUNDO: Pescada cozida com todos DIETA: Pescada cozida com todos SOBREMESA: Fruta da época		SOPA: Feijão SEGUNDO: Febra grelhada com arroz e macedónia de legumes DIETA: Febra grelhada com arroz e macedónia de legumes SOBREMESA: Fruta da época	
6ªFeira	Leite Chá Café Pão com Fiambre	SOPA: De peixe SEGUNDO: Esparguete à Bolonhesa com salada DIETA: Costoleta grelhada com esparguete e salada SOBREMESA: Fruta da época		SOPA: De peixe SEGUNDO: Peixe grelhado com batata e feijão verde DIETA: Peixe grelhado com batata e feijão verde SOBREMESA: Fruta da época	
Sábado	Leite Chá Café Pão com Queijo	SOPA: Creme de legumes SEGUNDO: Solha grelhada com batata e salada DIETA: Solha grelhada com batata e salada SOBREMESA: Fruta da época		SOPA: Creme de legumes SEGUNDO: Febras estufadas com macarrão e salada DIETA: Febra grelhada com macarrão e salada SOBREMESA: Fruta da época	
Domingo	Leite Chá Café Pão com Chouriço	SOPA: Grão SEGUNDO: Frango assado com espirais e salada DIETA: Frango grelhado com espirais e salada SOBREMESA: Fruta da época		SOPA: Grão SEGUNDO: Salada de atum com feijão frade ensalsado e salada DIETA: Peixe cozido com batata e salada e legumes salteados SOBREMESA: Fruta da época	

Nota: Esta ementa poderá estar sujeita a alterações