



## EMENTA SEMANAL S.A.D

Semana de 15/11/2021 a 21/11/2021

46

DIA DA SEMANA	P.ALMOÇO	ALMOÇO		JANTAR	
2ªFeira	Leite Chá Café Pão com Queijo	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Feijão Lombo assado com arroz de cenoura e salada Febra grelhada com arroz de cenoura e salada Fruta da época	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Feijão Pescada cozida com todos Pescada cozida com todos e brócolos Fruta da época
3ªFeira	Leite Chá Café Pão com Marmelada	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Legumes Feijão frade ensalsado com pescada frita e salada Pescada cozida com batata e salada Fruta da época	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Legumes Febra grelhada com arroz e salada Febra grelhada com arroz e salada Fruta da época
4ªFeira	Leite Chá Café Pão com Manteiga	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Espinafres Frango guisado com esparguete de ervilhas e salada Frango grelhado com esparguete e salada Leite creme	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Espinafres Salada russa com atum Peixe grelhado com batata e brócolos Fruta da época
5ªFeira	Leite Chá Café Pão com Chouriço	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Canja Bacalhau à Brás com salada Peixe grelhado com batata e salada Fruta da época	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Canja Arroz de lombo com salada Costoletas grelhadas com arroz e legumes salteados Fruta da época
6ªFeira	Leite Chá Café Pão com Fiambre	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Creme de legumes Costoleta grelhada com arroz de ervilhas e salada Costoleta grelhada com arroz de ervilhas e legumes salteados Fruta da época	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Creme de legumes Massada de peixe com salada Carapau grelhado com batata e couve flôr Fruta da época
Sábado	Leite Chá Café Pão com Queijo	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Grão Carapau grelhado com batata e brócolos Carapau grelhado com batata e brócolos Fruta da época	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Grão Frango assado com espirais e salada Frango grelhado com espirais e salada Fruta da época
Domingo	Leite Chá Café Pão com Chouriço	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Juliana Febras estufadas com arroz e salada Febra grelhada com arroz e salada Fruta da época	<b>SOPA:</b> <b>SEGUNDO:</b> <b>DIETA:</b> <b>SOBREMESA:</b>	Juliana Peixe grelhado com batata e couve flôr Peixe grelhado com batata e couve flôr Fruta da época

Nota: Esta ementa poderá estar sujeita a alterações