



Ementa

15 a 19 de janeiro



2.ª feira

Sopa:	Creme de legumes
Prato:	Filetes de pescada crocantes no forno com arroz de ervilhas
Salada:	Ervilhas, feijão verde e beterraba
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

3.ª feira

Sopa:	Grelos
Prato:	Lombo de porco no forno com esparguete
Salada:	Alface, cenoura ralada e milho
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

4.ª feira

Sopa:	Sopa à portuguesa
Prato:	Empadão de cavala (filetes em conserva) com batata
Salada:	Cenoura ralada, milho e feijão verde
Sobremesa:	Mousse de chocolate ou fruta

5.ª feira

Sopa:	Caldo verde
Prato:	Escalopes de peru grelhados com batata frita
Salada:	Alface, cenoura ralada e milho
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

6.ª feira

Sopa:	Primavera
Prato:	Abrótea gratinada com batata corada
Salada:	Cenoura baby, pepino e couve juliana
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)