



Ementa

22 a 26 de janeiro



2.ª feira

Sopa:	Feijão verde
Prato:	Almôndegas estufadas com esparguete
Salada:	Alface, cenoura baby e milho
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

3.ª feira

Sopa:	Minestrone
Prato:	Bacalhau gratinado com molho bechamel
Salada:	Alface, cenoura ralada e feijão verde
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

4.ª feira

Sopa:	Sopa de abóbora com massinhas
Prato:	Jardineira de frango
Salada:	Alface, beterraba e couve roxa
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

5.ª feira

Sopa:	Nabiças com feijão frade
Prato:	Maruca estufada com puré de batata
Salada:	Alface, tomate e rabanete
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

6.ª feira

Sopa:	Espinafres
Prato:	Febras grelhadas com arroz de cenoura
Salada:	Alface, cenoura ralada e couve roxa
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)