



Ementa

12 a 16 de março



2.ª feira

Sopa:	Feijão vermelho com couve lombarda e branca
Prato:	Lacinhos (massa farfalli) com atum
Salada:	Alface, tomate e couve roxa
Sobremesa:	Fruta da época ou iogurte

3.ª feira

Sopa:	Nabos com espinafres e ervilhas
Prato:	Febras de porco gratinadas com molho de cogumelos e arroz de feijão
Salada:	Alface, cenoura ralada e beterraba
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

4.ª feira

Sopa:	Creme de abóbora e espinafres
Prato:	Salmão grelhado com molho de limão e ervas aromáticas e batata a murro
Salada:	Alface, tomate e rabanete
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

5.ª feira

Sopa:	Creme de alho francês com cenoura e couve
Prato:	Arroz de aves
Salada:	Cenoura ralada, couve roxa e beterraba
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

6.ª feira

Sopa:	Feijão verde com espinafres
Prato:	Salada de filetes de cavala com batata e feijão frade
Salada:	Alface, couve roxa e rabanete
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)