



# Ementa

**23 a 27 de outubro**



## **2.ª feira**

Sopa:	<b>Creme de ervilhas e cenoura</b>
Prato:	<b>Perna de porco estufada com arroz de brócolos</b>
Salada:	<b>Alface, couve roxa e beterraba</b>
Sobremesa:	<b>Fruta da época (1 a 3 variedades)</b>

## **3.ª feira**

Sopa:	<b>Alho francês com curgete</b>
Prato:	<b>Bacalhau à Braz</b>
Salada:	<b>Cenoura baby, tomate e alface</b>
Sobremesa:	<b>Fruta da época (1 a 3 variedades)</b>

## **4.ª feira**

Sopa:	<b>Espinafres com cenoura</b>
Prato:	<b>Cozido de grão com carne de porco e massa</b>
Salada:	<b>Alface, rúcula e chicória</b>
Sobremesa:	<b>Fruta da época (1 a 3 variedades)</b>

## **5.ª feira**

Sopa:	<b>Agrião</b>
Prato:	<b>Salmão grelhado com batatas e brócolos</b>
Salada:	<b>Tomate, alface e rabanete</b>
Sobremesa:	<b>Fruta da época (1 a 3 variedades)</b>

## **6.ª feira**

Sopa:	<b>Da horta (couve lombarda e feijão branco)</b>
Prato:	<b>Bife de peru de cebolada com puré de batata</b>
Salada:	<b>Cenoura ralada, alface e tomate</b>
Sobremesa:	<b>Fruta da época (1 a 3 variedades)</b>