



Ementa

7 a 11 de janeiro



2.ª feira

Sopa:	Couve branca com cenoura ripada
Prato:	Esparguete à bolonhesa
Salada:	Alface, couve em juliana e tomate
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

3.ª feira

Sopa:	Feijão branco com espinafres
Prato:	Abrótea no forno com batatas e brócolos cozidos
Salada:	Alface, milho e tomate
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

4.ª feira

Sopa:	Creme de abóbora com espinafres
Prato:	Perna de frango assado no forno com massa fusilli
Salada:	Alface, pepino e tomate
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

5.ª feira

Sopa:	Caldo verde
Prato:	Ensopado de lulas com puré de batata
Salada:	Alface, beterraba e milho
Sobremesa:	Gelatina ou laranja

6.ª feira

Sopa:	Da horta
Prato:	Bifinhos de porco de cebolada com arroz de brócolos
Salada:	Cenoura ripada, couve roxa e pepino
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)