



EMENTA SEMANAL CANTINA SOCIAL

A NUTRICIONISTA/DIETISTA,

Ana Miranda

SEMANA DE

12-11-2018

A

18-11-2018

SEGUNDA-FEIRA

TERÇA-FEIRA

QUARTA-FEIRA

QUINTA-FEIRA

SEXTA-FEIRA

SABADO

DOMINGO

A L M O Ç O

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | SABADO | DOMINGO |
|------------------------|---|--|--------------------------|--------------------|--|------------------------------------|----------------------|
| SOPA GERAL | Sopa de legumes | Sopa de alho francês | Caldo Verde | Sopa de espinafres | Sopa de nabos | Sopa de legumes | Sopa de feijão verde |
| PRATO GERAL | Bolinhos de bacalhau com arroz seco, feijão-frade e molho verde | Carne estufada com ervilhas e esparguete | Pescada cozida com todos | Coelho à Caçador | Red-fish assado com puré e feijão-verde salteado | Frango estufado com massa macarrão | Rojões |
| SOBREMESA FRUTA | Fruta da época | Fruta da época | Fruta da época | Fruta da época | Fruta da época | Fruta da época | Fruta da época |