



## EMENTA SEMANAL CANTINA SOCIAL

A NUTRICIONISTA/DIETISTA,

**Ana Miranda**

SEMANA DE

10-12-2018

A

16-12-2018

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
<b>SOPA GERAL</b>	Sopa de alho francês	Sopa de feijão verde	Sopa de nabos	Sopa de espinafres	Sopa de penca	Sopa de legumes	Sopa de coração
<b>PRATO GERAL</b>	Raia frita com arroz de tomate	Rancho	Bacalhau à Gomes Sá	Frango grelhado com arroz seco	Red-fish assado com arroz seco e feijão verde salteado	Fêvera estufada com massa macarão de legumes	Coxa de peru assada com arroz seco
<b>SOBREMESA FRUTA</b>	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época