



EMENTA DA SEMANA

SEGUNDA-FEIRA

19.12.2022

10:00	R. Manhã	Pão Simples
11:00	Sopa	Cenoura
	Prato	Carne à Portuguesa com Esparguete e Salada
	Sobremesa	Fruta da época
15:00	L. Tarde	Leite com Corn Flacks
18:00	R. Tarde	Pão Simples

TERÇA-FEIRA

20.12.2022

10:00	R. Manhã	Pão Simples
11:00	Sopa	Hortaliça
	Prato	Peixe Cozido com Salada Russa
	Sobremesa	Fruta da época
15:00	L. Tarde	Leite e pão simples/manteiga/queijo
18:00	R. Tarde	Pão Simples

QUARTA-FEIRA

21.12.2022

10:00	R. Manhã	Pão Simples
11:00	Sopa	Ervilhas
	Prato	Bifes de Frango com Arroz Branco e Salada
	Sobremesa	Fruta da época
15:00	L. Tarde	Iogurte Natural com Puré de Fruta
18:00	R. Tarde	Pão Simples

QUINTA-FEIRA

22.12.2022

10:00	R. Manhã	Pão Simples
11:00	Sopa	Nabiça
	Prato	Perca Grelhada com Batata Cozida e Salada
	Sobremesa	Fruta da época
15:00	L. Tarde	Leite e pão simples/manteiga/queijo
18:00	R. Tarde	Pão Simples

SEXTA-FEIRA

23.12.2022

10:00	R. Manhã	Pão Simples
11:00	Sopa	Feijoca
	Prato	Lombo Assado no Forno com Macarronete e Salada
	Sobremesa	Fruta da época
15:00	L. Tarde	Leite com Corn Flacks
18:00	R. Tarde	Pão Simples