



EMENTA DA SEMANA

SEGUNDA-FEIRA

30.01.2023

10:00	R. Manhã	Pão Simples
11:00	Sopa	Nabiça
	Prato	Pescada Cozida com Batata e Salada
	Sobremesa	Fruta da época
15:00	L. Tarde	Leite com Corn Flacks
18:00	R. Tarde	Pão Simples

TERÇA-FEIRA

31.01.2023

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

QUARTA-FEIRA

01.02.2023

10:00	R. Manhã	Pão Simples
11:00	Sopa	Peixe
	Prato	Douradas Grelhadas com Batatas e Brócolos
	Sobremesa	Fruta da época
15:00	L. Tarde	Iogurte Natural com Puré de Fruta
18:00	R. Tarde	Pão Simples

QUINTA-FEIRA

02.02.2023

10:00	R. Manhã	Pão Simples
11:00	Sopa	Cenoura
	Prato	Carne de Porco à Portuguesa com Macarronete e Couve Lombarda
	Sobremesa	Fruta da época
15:00	L. Tarde	Leite e pão simples/manteiga/queijo
18:00	R. Tarde	Pão Simples

SEXTA-FEIRA

03.02.2023

10:00	R. Manhã	Pão Simples
11:00	Sopa	Feijão-Branco
	Prato	Caldeirada de Peixe e Salada
	Sobremesa	Fruta da época
15:00	L. Tarde	Leite com Corn Flacks
18:00	R. Tarde	Pão Simples