

<b>EMENTA - JANTAR</b> 19/11/2018 a 23/11/2018		
DIA	PRATO	Descrição
2ª FEIRA	Sopa	Espinafres
	Peixe	Robalo grelhado. Acompanha com batata a murro e brócolos
	Carne	Coxinha de frango no forno. Acompanha com fusilli e brócolos
	Vegetariano	Bife de seitan. Acompanha com arroz e brócolos
	Sobremesa	Leite Creme, Maçã e Laranja
3ª FEIRA	Sopa	Couve lombarda
	Carne	Lombo de porco recheado com ananás. Acompanha com arroz e legumes cozidos
	Peixe	Arroz de tamboril. Acompanha com legumes cozidos
	Vegetariano	Lasanha de soja. Acompanha com legumes cozidos
	Sobremesa	Pudim boca doce, Uvas e Bananas
4ª FEIRA	Sopa	Grão
	Peixe	Rolinhos de pescada recheados com cenoura. Acompanha com arroz e salada
	Carne	Alheira com ovo estrelado. Acompanha com arroz e salada
	Vegetariano	Pimentos recheados com lentilhas. Acompanha com arroz e salada
	Sobremesa	Gelatina, Kiwi, Pêssego em calda
5ª FEIRA	Sopa	Juliana
	Carne	Coelho estufado. Acompanha com arroz e legumes salteados
	Peixe	Pota grelhado. Acompanha com batata salteada e legumes salteados
	Vegetariano	Rebentos de soja à Brás. Acompanha com legumes salteados
	Sobremesa	Arroz doce, Tangerina e Pêra
6ª FEIRA	Sopa	Alho francês
	Peixe	Pataniscas de paloco. Acompanha com arroz de feijão e salada
	Carne	Grelada mistas. Acompanha com arroz de feijão e salada
	Vegetariano	Legumes salteados. Acompanha com arroz de feijão e salada
	Sobremesa	Leite Creme, Maçã e Salada de fruta

(SUJEITO A ALTERAÇÃO. PELO FACTO DAS REFEIÇÕES NÃO SEREM SUJEITAS A MARCAÇÃO PRÉVIA, NÃO PODEMOS GARANTIR ATÉ AO FINAL DO PERÍODO DE ABERTURA A EMENTA DO DIA)

**O Menú Social é composto de: Sopa, pão, prato principal (carne ou peixe ou vegetariano) e 1 sobremesa.**