



ALMOÇO

SEGUNDA-FEIRA

SOPA: Creme de brócolos
PRATO: Pescada cozida, ovo cozido, batatas cozidas e legumes salteados
SOBREMESA: Tangerina

TERÇA-FEIRA

SOPA: Legumes
PRATO: Carneiro estufado, arroz e espigas refugados
SOBREMESA: Banana

QUARTA-FEIRA

SOPA: Canja
PRATO: Bacalhau à gomes de sá e salada
SOBREMESA: Rabanadas

QUINTA-FEIRA

SOPA: Cenoura
PRATO: Tripas, arroz e salada
SOBREMESA: Laranja

SEXTA-FEIRA

SOPA: Juliana
PRATO: Raia ao alhinho, batatas assadas e salada mista
SOBREMESA: Maçã assada

SÁBADO

SOPA: Ervilhas
PRATO: Massa de frango e salada alface
SOBREMESA: Bolo

DOMINGO

SOPA: Cebola
PRATO: Carne de porco Aletejana e salada mista
SOBREMESA: Mousse de chocolate

de 24 a 30 de Março de 2025

Ementa



JANTAR

SEGUNDA-FEIRA

SOPA: Creme de Brócolos
PRATO: Massa meada de vitela e legumes
SOBREMESA: Maçã cozida

TERÇA-FEIRA

SOPA: Legumes
PRATO: Solha no forno, batatas cozidas e legumes
SOBREMESA: Kiwi

QUARTA-FEIRA

SOPA: Canja
PRATO: Bife de frango, arroz de legumes
SOBREMESA: Pera

QUINTA-FEIRA

SOPA: Cenoura
PRATO: Filetes de sardinha, massa de tomate e legumes
SOBREMESA: Banana

SEXTA-FEIRA

SOPA: Juliana
PRATO: Cotovelos de lulas e legumes
SOBREMESA: Kiwi

SÁBADO

SOPA: Ervilhas
PRATO: Medalhões no forno, arroz de cenoura e legumes
SOBREMESA: Laranja

DOMINGO

SOPA: Cebola
PRATO: Massa gratinada com queijo no forno (Carne picada, bacon, cogumelos) e legumes
SOBREMESA: Maçã cozida