



de 10 a 16 de Março de 2025



ALMOÇO

SEGUNDA-FEIRA

SOPA: Repolho

PRATO: Salada de grão-de-bico, ovo cozido, delícias do mar e batatas cozidas e salada to

SOBREMESA: Maçã

TERÇA-FEIRA

SOPA: Creme de ervilhas

PRATO: Frango estufado, massa fusili e salada

SOBREMESA: Banana

QUARTA-FEIRA

SOPA: Couve-flor

PRATO: Bacalhau assado, batatas às rodelas assadas e pimentos

SOBREMESA: Gelatina

QUINTA-FEIRA

SOPA: Espinafres

PRATO: Entrecosto assado, arroz e salada mista

SOBREMESA: Laranja

SEXTA-FEIRA

SOPA: Juliana

PRATO: Carapau grelhado, massa de feijão e salada de tomate

SOBREMESA: Tangerina

SABADO

SOPA: Creme de legumes

PRATO: Fígado/coração em cebolada, batatas cozidas e legumes

SOBREMESA: Bolo

DOMINGO

SOPA: Cebola

PRATO: Lombo assado, batatas, arroz e salada mista

SOBREMESA: "Ovo estrelado"

JANTAR

SEGUNDA-FEIRA

SOPA: Repolho

PRATO: Almôndegas, massa de cenoura e legumes

SOBREMESA: Pera

TERÇA-FEIRA

SOPA: Creme de ervilhas

PRATO: Arroz de peixe e legumes

SOBREMESA: Maçã cozida

QUARTA-FEIRA

SOPA: Couve-flor

PRATO: Massa de coelho e legumes

SOBREMESA: Tangerina

QUINTA-FEIRA

SOPA: Espinafres

PRATO: Pescada frita, massa de tomate e legumes

SOBREMESA: iogurte

SEXTA-FEIRA

SOPA: Juliana

PRATO: Raia ao alinho, arroz branco e legumes

SOBREMESA: Maçã assada

SABADO

SOPA: Creme de legumes

PRATO: Filetes, arroz de ervilhas e legumes

SOBREMESA: Banana

DOMINGO

SOPA: Cebola

PRATO: Medalhões estufados, massa e legumes

SOBREMESA: Kiwi

Ementa sujeita a alterações