



EMENTAS

21/11/11

Pão de mistura

Creme de cenoura

Almôndegas de vaca estufadas c/ esparguete e salada

Fruta

22/11/11

Pão de mistura

Sopa de grão

Solha / abrótea no forno c/ batata, feijão verde e salada

Fruta / Gelatina

23/11/11

Pão de mistura

Sopa Juliana

Carne de porco estufada c/ arroz branco e salada

Fruta

24/11/11

Pão de mistura

Sopa de espinafres

Empadão de atum e salada

Fruta / iogurte

25/11/11

Pão de mistura

Creme de ervilhas

Frango assado c/ massa fusilli e salada

Fruta



EMENTAS

28/11/11

Pão de mistura

Sopa de alface

Douradinhos no forno c/ arroz de tomate e salada

Fruta

29/11/11

Pão de mistura

Sopa camponesa

Perna de peru no forno c/ batata assada e salada

Fruta

30/11/11

Pão de mistura

Sopa de feijão vermelho c/hortaliça

Bacalhau à Gomes de Sá e salada

Fruta / iogurte

2/12/11

Pão de mistura

Sopa de nabiças

Almôndegas de vaca estufadas c/ arroz e salada

Fruta / pudim



EMENTAS

5/12/11

Pão de mistura

Sopa de macedónia

Filetes de peixe estufados c/ legumes salteados, batata e salada

Fruta / maçã assada

6/12/11

Pão de mistura

Creme de abóbora

Ovos mexidos c/ salsichas e salada

Fruta

7/12/11

Pão de mistura

Sopa de ervilhas

Caldeirada de peixe e salada ou bolonhesa de legumes e salada

Fruta

9/12/11

Pão de mistura

Sopa de brócolos

Hambúrguer de aves c/arroz de cenoura e salada

Fruta / iogurte



EMENTAS

12/12/11

Pão de mistura

Sopa de feijão verde

Pescada cozida c/ batata, cenoura, feijão verde, ovo e salada

Fruta

13/12/11

Pão de mistura

Sopa de espinafres

Hambúrguer de porco grelhado c/massa fusilli e salada

Fruta /arroz doce

14/12/11

Pão de mistura

Sopa Juliana

Meia desfeita de bacalhau (migas, batata e grão) c/ salada

Fruta

15/12/11

Pão de mistura

Sopa de abóbora e massinhas

Feijoada (frango, porco) e salada

Fruta / iogurte

16/12/11

Pão de mistura

Caldo verde

Massinha de pescada c/ salada

Fruta