



## EMENTA

### 2ª Feira 12-03-2018

Sopa: Primavera

Prato: Pá de porco assada no forno c/ puré de batata

Salada: Alface, tomate e pepino

Sobremesa: Tangerina / maçã

### 3ª Feira 13-03-2018

Sopa: Camponesa

Prato: Arroz de peixe

Salada: Alface, couve roxa e cenoura

Sobremesa: Banana / laranja

### 4ª Feira 14-03-2018

Sopa: Espinafres c/ cenoura

Prato: Bife de vaca de cebolada c/ esparguete

Salada: Alface, beterraba e cenoura

Sobremesa: Abacaxi / pêra

### 5ª Feira 15-03-2018

Sopa: Feijão c/ hortaliça

Prato: Bacalhau à Brás

Salada: Tomate, alface e cebola

Sobremesa: Kiwi / maçã

### 6ª Feira 16-03-2018

Sopa: Creme de ervilhas e cenoura

Prato: Bife de peru c/ arroz de cenoura

Salada: Alface, cenoura e curgete

Sobremesa: Pêra / laranja

*Nota: Este menu poderá ser alterado por motivos imprevistos n° 25 – 12 a 16 de março 2018*



## EMENTA VEGETARIANA

### 2ª Feira 12-03-2018

**Sopa:** Primavera

**Prato:** Arroz malandrinho c/ feijão e tomate

**Salada:** Alface, tomate e pepino

**Sobremesa:** Fruta da época

**Pão:** Pão de mistura

### 3ª Feira 13-03-2018

**Sopa:** Camponesa

**Prato:** Salada de legumes (batata, ervilhas, feijão verde e cenoura)

**Salada:** Alface, couve roxa e cenoura

**Sobremesa:** Fruta da época

**Pão:** Pão de mistura

### 4ª Feira 14-03-2018

**Sopa:** Espinafres c/ cenoura

**Prato:** Rancho vegetariano

**Salada:** Alface, beterraba e milho

**Sobremesa:** Fruta da época

**Pão:** Pão de mistura

### 5ª Feira 15-03-2018

**Sopa:** Feijão c/ hortaliça

**Prato:** Guisado de cogumelos c/ massa espiral

**Salada:** Tomate, alface e cebola

**Sobremesa:** Fruta da época

**Pão:** Pão de mistura

### 6ª Feira 16-03-2018

**Sopa:** Creme de ervilhas e cenoura

**Prato:** Salada de arroz

**Salada:** Alface, cenoura e curgete

**Sobremesa:** Fruta da época

**Pão:** Pão de mistura

*Nota: Este menu poderá ser alterado por motivos imprevistos*

nº 23 – 12 a 16 março 2018

