

Semana	Ementa	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
09/04 a 13/04/2018	Sopa	De couve	Creme de abóbora	De legumes	Feijão com hortaliça	De grelos
	Prato	Panadinhos de Frango com esparguete	Pescada cozida com batata	Hamburguer de vaca grelhado c/ massa espiral	Lombo de fogonero no forno com arroz de ervilhas	Carne de porco estufada com batata corada
	Sal & Veg	Beterraba e cenoura ralada	Macedónia	Tomate e pepino	Feijão verde e lombardo	Alface e pepino
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Iogurte	fruta da época
	Pão	Pão de mistura	Pão de mistura	Pão de mistura	Pão de mistura	Pão de mistura
16/04 a 20/04/2018	Sopa	De lombardo	De Grão	De espinafres	De alho francês	De agrião
	Prato	Pescada frita com salada russa	Peru primaveril com esparguete	Souflé de peixe	Bifanas de cebolada c/ macarrão e ervilhas	Arroz do Mar (cardinal e delicias do mar) c/ coentros
	Sal & Veg	Tomate e milho	Couve de bruxelas e couve flor	Tomate	Brócolos	Alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Pudim	Fruta da época	iogurte
	Pão	Pão de mistura	Pão de mistura	Pão de mistura	Pão de mistura	Pão de mistura
23 a 27 do 04/05/2018	Sopa	Creme de courgete com cenoura	De couve		De brócolos	De feijão com grelos
	Prato	Esparguete à boloheza	Meia desfeita de bacalhau (bacalhau, grão, bat. cenoura)		Lombos de fogonero no forno c/ batatinha assada	Pastelão de ovo e fiambre com arroz
	Sal & Veg	Pepino e cenoura ralada	Alface e milho	FERIADO	Lombardo, cenoura e ervilhas	De alface e beterraba
	Sobremesa	Fruta da época	Gelatina		Iogurte	Fruta da época
	Pão	Pão de mistura	Pão de mistura		Pão de mistura	Pão de mistura
30/04 a 04 do 05/2018	Sopa	De grão e espinafres		Creme de cenoura	Couve flor e coentros	De agrião
	Prato	Macarronada de Seitan c/ legumes (fusili, milho, cen. e courgete)		Bolonhesa de atum com esparguete	Arroz à valenciana	Medalhões de pescada estufados c/ batata corada
	Sal & Veg	Tomate	FERIADO	Couve roxa e tomate	Alface e pepino	Brocolos e feijão verde
	Sobremesa	Iogurte		Pudim	Fruta da época	fruta da época
	Pão	Pão de mistura		Pão de mistura	Pão de mistura	Pão de mistura