



## GERAL

EMENTA 3A

### SEGUNDA

#### Almoço

Sopa: Creme alho-francês

Prato: Peru estufado com massa

Sobremesa: Fruta da época/gelatina

#### Jantar

Sopa: Creme alho-francês

Prato: Arroz solto de peixe com salsa picada

Sobremesa: Fruta da época

### TERÇA

#### Almoço

Sopa: Feijão com couve

Prato: Arroz de marisco

Sobremesa: Fruta da época

#### Jantar

Sopa: Feijão com couve

Prato: Frango de fricassé com batatas fritas

Sobremesa: Fruta da época

### QUARTA

#### Almoço

Sopa: Creme de coentros

Prato: Tomatada com ovos escalfados e batatas fritas

Sobremesa: Fruta da época

#### Jantar

Sopa: Creme de coentros

Prato: Rissóis de peixe com arroz e salada

Sobremesa: Fruta da época

### QUINTA

#### Almoço

Sopa: Hortaliça

Prato: Lombo de porco assado no forno, com puré de batata e brócolos

Sobremesa: Fruta da época

#### Jantar

Sopa: Hortaliça

Prato: Massada de bacalhau

Sobremesa: Fruta da época

### SEXTA

#### Almoço

Sopa: Feijão-verde

Prato: Ervilhas com ovos escalfados e chouriço com salada

Sobremesa: Fruta da época

#### Jantar

Sopa: Feijão-verde

Prato: Arroz de lulas

Sobremesa: Fruta da época

### SÁBADO

#### Almoço

Sopa: Brócolos

Prato: Ensopado de coelho com salada

Sobremesa: Fruta da época

#### Jantar

Sopa: Brócolos

Prato: Filetes de pescada fritos com arroz de cenoura

Sobremesa: Fruta da época

### DOMINGO

#### Almoço

Sopa: Caldo verde

Prato: Massada de peixe

Sobremesa: Fruta da época

#### Jantar

Sopa: Caldo verde

Prato: Arroz de pato tostado no forno

Sobremesa: Fruta da época