



EMENTA | SEMANA DE 21 A 25 NOVEMBRO 2022

SEGUNDA-FEIRA

SOPA		CENOURA COM BRÓCOLOS PICADOS
PRATO DE CARNE		LASANHA DE CARNE COM QUEIJO RALADO ⁷
PRATO DE PEIXE		PESCADA ⁴ À ZÉ DO PIPO
PRATO VEGETARIANO		BOLONHESA DE SOJA COM LEGUMES ^{1,6}

TERÇA-FEIRA

SOPA		JULIANA
PRATO DE CARNE		CARNE DE PORCO GUISADA COM CENOURA, ERVILHAS E MASSA MACARRONETE ¹
PRATO DE PEIXE		RISSÓIS DE CAMARÃO ^{2,4} COM ARROZ DE TOMATE
PRATO VEGETARIANO		RISSÓIS VEGETARIANO COM ARROZ DE LEGUMES

QUARTA-FEIRA

SOPA		CREME DE CENOURA E COUVE FLOR
PRATO DE CARNE		CARNE DE PORCO ASSADA À PADEIRO
PRATO DE PEIXE		FEIJOADA DE POTA
PRATO VEGETARIANO		HAMBÚRGUER DE COUVE-FLOR ^{1,3,7,11} E ARROZ BRANCO

QUINTA-FEIRA

SOPA		FEIJÃO DE CATARINO COM COUVE LOMBARDO
PRATO DE CARNE		PERNA DE PERÚ ASSADA COM MASSA ESPIRAL ¹
PRATO DE PEIXE		BACALHAU GRATINADO COM ESPINAFRES ^{1,4,6,7}
PRATO VEGETARIANO		LEGUMES À BRÁS ³

SEXTA-FEIRA

SOPA		CREME DE ABÓBORA COM MASSINHAS ¹
PRATO DE CARNE		SALSICHAS TOSCANA ⁶ NO FORNO COM ARROZ DE FEIJÃO
PRATO DE PEIXE		FILETES DE ABRÓTEA ³ COM BATATA COZIDA
PRATO VEGETARIANO		CREPES DE LEGUMES COM MASSA ESPIRAL ¹

ALERGÊNIOS: INFORME-SE POR FAVOR JUNTO DA NOSSA EQUIPA. A CANTINA MUNICIPAL POSSUI LIVRO DE RECLAMAÇÕES.

DIARIAMENTE TEMOS:

- BITOQUE DE FRANGO OU PORCO
- HAMBÚRGUER GOURMET COM PÃO CACO E BATATA FRITA
- BAGUETE COM PASTAS, CARNE ASSADA