



# Ementa



Semana de 10 a 14 de Janeiro de 2022

<b>Segunda-feira</b>	Sopa	Repolho
	Prato	Omlete de fiambre e salsicha c/ massa tricolor
	Vegetariano	Omlete de queijo e cogumelos e espirais
	Legumes	Ervilha e milho cozidos
	Sobremesa	Fruta da época
<b>Terça-feira</b>	Sopa	Courgette e cenoura
	Prato	Salada russa c/ atum e ovo cozido
	Vegetariano	Salada de batata e legumes c/ grão
	Legumes	Alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
<b>Quarta-feira</b>	Sopa	Couve e feijão
	Prato	Feijoada à Transmontana
	Vegetariano	Feijoada vegetariana
	Legumes	Feijão verde e couve cozida
	Sobremesa	Fruta da época
<b>Quinta-feira</b>	Sopa	Feijão frade e abóbora
	Prato	Bacalhau c/ natas
	Vegetariano	Legumes à gomes de Sá
	Legumes	Cenoura e couve cozida
	Sobremesa	Fruta da época / mousse chocolate
<b>Sexta-feira</b>	Sopa	Nabo e couve
	Prato	Massa de frango c/ cenoura às rodelas
	Vegetariano	Estufado de legumes com massa
	Legumes	Cenoura e tomate
	Sobremesa	Fruta da época