



### Semana de 11 a 15 de janeiro de 2021



#### 2ª-Feira

Berçário		Creme de legumes e peru
		Arrozinho de carne desfiada
Sopa		Sopa à Juliana
Prato	Sala 1 e 2 anos	Arrozinho de pato, feijão-verde
Principal	Pré-Escolar	Arrozinho de pato, salada
Sobremesa		Fruta da época

#### 3ª-Feira

Berçário		Creme de legumes e coelho
		Açorda de carne desfiada
Sopa		Sopa de alho francês
Prato	Sala 1 e 2 anos	Dourada grelhada com batata grelhada, brócolos
Principal	Pré-Escolar	Dourada grelhada com batata grelhada, brócolos
Sobremesa		Fruta da época

#### 4ª-Feira

Berçário		Creme de legumes e frango
		Arroz de carne desfiada
Sopa		Sopa de abóbora e cebola
Prato	Sala 1 e 2 anos	Arrozinho de frango, feijão, couve e cenoura
Principal	Pré-Escolar	Feijoada de frango, arroz e salada
Sobremesa		Fruta da época

#### 5ª-Feira

Berçário		Creme de legumes e peru
		Farinha de pau de carne desfiada
Sopa		Creme de nabo
Prato	Sala 1 e 2 anos	Pescada com salada primavera
Principal	Pré-Escolar	Pescada com salada primavera
Sobremesa		Fruta da época

#### 6ª-Feira

Berçário		Creme de legumes com coelho
		Massinha com carne desfiada
Sopa		Sopa de abóbora e cebola
Prato	Sala 1 e 2 anos	Rolinho de carne e legumes e massinha esparguete, brócolos
Principal	Pré-Escolar	Rolinho de carne e legumes e massinha esparguete, salada
Sobremesa		Fruta da época

#### Notas:

- Por motivos alheios à nossa vontade, a ementa poderá sofrer alterações.
- Em caso de alergia a algum alimento, por favor contactar responsável pela Resposta Social.

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:



A TSCA,



**Semana de 11 a 17 de janeiro de 2021**

DIA	PRATO	ALMOÇO	JANTAR
2ª FEIRA	SOPA	Sopa de abóbora e espinafres	Juliana
	PRATO GERAL	Arroz de pato, salada	Solha no forno com arroz de legumes, salada
	PRATO LIGEIRO	Arroz de pato ao natural, salada	Solha no forno com arroz de legumes, salada
	SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época
3ª FEIRA	SOPA	Sopa de couve e nabo	Sopa de couve-flor
	PRATO GERAL	Dourada grelhada com batata cozida, salada	Hambúrguer com massa esparguete, salada
	PRATO LIGEIRO	Dourada grelhada com batata cozida, salada	Massa de vitela, salada
	SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época
4ª FEIRA	SOPA	Caldo-Verde	Sopa de feijão-verde
	PRATO GERAL	Feijoada de frango, salada	Empadão de atum e espinafres, salada
	PRATO LIGEIRO	Arroz de frango, salada	Peixe cozido com batata, salada
	SOBREMESA	Doces /Fruta da época	Fruta da época
5ª FEIRA	SOPA	Sopa de curgete e cenoura	Canja
	PRATO GERAL	Pescada com salada primavera	Entremeada grelhada com arroz de legumes, salada
	PRATO LIGEIRO	Peixe cozido com batata cozida, legumes	Bife grelhado com arroz de legumes, salada
	SOBREMESA	Doce / Fruta da época	Fruta da época
6ª FEIRA	SOPA	Sopa de couve e feijão	Creme de legumes
	PRATO GERAL	Rolinho de carne e legumes com massa esparguete, salada	Polvo/tentáculos com migas, batata a murro
	PRATO LIGEIRO	Bife grelhado com massa, salada	Peixe cozido com batata e legumes
	SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época
SÁBADO	SOPA	Sopa de couve e nabo	Creme de alho francês
	PRATO GERAL	Filetes de petinga com arroz de tomate, salada	Strogonoff de peru com massa, salada
	PRATO LIGEIRO	Arroz de peixe ao natural, salada	Massa de peru, salada
	SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época
DOMINGO	SOPA	Creme de cenoura	Caldo de cebola
	PRATO GERAL	Peru assado com batata assada, salada	Ovo escalfado com ervilhas e chouriço, arroz
	PRATO LIGEIRO	Peru assado ao natural com batata cozida, salada	Ovo escalfado com arroz, salada
	SOBREMESA	Doce / Fruta da época	Fruta da época

**Notas:**

*Por motivos alheios à nossa vontade, a ementa poderá sofrer alterações.*

*Em caso de alergia a algum alimento, por favor, contactar responsável pela Resposta Social.*

*As ementas poderão ser adaptadas de acordo com as necessidades individuais de cada cliente.*

