



### Semana de 22 a 26 de novembro de 2021



#### 2ª-Feira

<b>Berçário</b>		Creme de legumes e peru
		Massinha de carne desfiada
<b>Sopa</b>		Sopa à Juliana
<b>Prato</b>	Sala 1 e 2 anos	Bifinho de peru grelhado com massa cotovelo de feijão branco e legumes 🍴
<b>Principal</b>	Pré-Escolar	Panadinhos de peru com massa cotovelo de feijão branco, salada 🍴
<b>Sobremesa</b>		Fruta da época

#### 3ª-Feira

<b>Berçário</b>		Creme de legumes e coelho
		Açorda de carne desfiada
<b>Sopa</b>		Sopa de feijão
<b>Prato</b>	Sala 1 e 2 anos	Douradinha grelhada com batata e feijão-verde 🍴
<b>Principal</b>	Pré-Escolar	Douradinha grelhada com batata e feijão-verde 🍴
<b>Sobremesa</b>		Fruta da época

#### 4ª-Feira

<b>Berçário</b>		Creme de legumes e frango
		Arrozinho de carne desfiada
<b>Sopa</b>		Sopa de grão-de-bico
<b>Prato</b>	Sala 1 e 2 anos	Arrozinho de pato, esparregado
<b>Principal</b>	Pré-Escolar	Arrozinho de pato, salada
<b>Sobremesa</b>		Fruta da época

#### 5ª-Feira

<b>Berçário</b>		Creme de legumes e peru
		Arrozinho de carne desfiada
<b>Sopa</b>		Sopa de abóbora
<b>Prato</b>	Sala 1 e 2 anos	Arrozinho de peixe, tomate e brócolos 🍴
<b>Principal</b>	Pré-Escolar	Bolinhos de bacalhau com saladinha de feijão-frade, ovo ralado e arroz 🍴
<b>Sobremesa</b>		Fruta da época

#### 6ª-Feira

<b>Berçário</b>		Creme de legumes e coelho
		Farinha de pau de carne desfiada
<b>Sopa</b>		Creme de cenoura
<b>Prato</b>	Sala 1 e 2 anos	Empadãozinho de frango e legumes 🍴
<b>Principal</b>	Pré-Escolar	Empadãozinho de frango e legumes 🍴
<b>Sobremesa</b>		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 22 a 28 de novembro de 2021**

DIA	PRATO	ALMOÇO	JANTAR
<b>2º FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Sopa de abóbora e espinafres	Juliana
	<b>PRATO GERAL</b>	Arroz de pato, salada 🍴	Massa gratinada de atum/bacalhau e espinafres, salada 🍴 🍴 🍴
	<b>PRATO LIGEIRO</b>	Arroz de pato ao natural, salada	Massa de bacalhau, couve e cenoura ao natural 🍴 🍴
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época	Fruta da época
<b>3ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Sopa de couve e nabo	Sopa de couve-flor
	<b>PRATO GERAL</b>	Dourada grelhada com batata a murro, legumes 🍴	Frango assado com arroz, salada 🍴
	<b>PRATO LIGEIRO</b>	Dourada grelhada com batata e legumes cozidos 🍴	Arroz de frango, salada
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época	Fruta da época
<b>4ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Caldo-Verde 🍴	Canja 🍴
	<b>PRATO GERAL</b>	Panado de peru com massa cotovelo de feijão branco, salada 🍴	Filetes com salada primavera 🍴 🍴
	<b>PRATO LIGEIRO</b>	Bife de peru grelhado com massa cotovelo, salada 🍴	Filetes com salada primavera 🍴 🍴
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época	Fruta da época
<b>5ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Sopa de curgete e cenoura	Sopa de feijão-verde
	<b>PRATO GERAL</b>	Bolinhos de bacalhau com salada de feijão-frade, arroz 🍴 🍴 🍴	Massa a bolonhesa, salada 🍴 🍴
	<b>PRATO LIGEIRO</b>	Arroz de peixe ao natural, salada 🍴	Massa de vitela, couve, cenoura 🍴
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época	Fruta da época
<b>6ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Sopa de couve e feijão	Creme de legumes
	<b>PRATO GERAL</b>	Empadão de frango desfiado e brócolos, salada 🍴 🍴	Arroz de tamboril, delícias, tomate e pimentos, salada 🍴
	<b>PRATO LIGEIRO</b>	Jardineira ao natural, macedónia 🍴	Arroz de tamboril e tomate ao natural, salada 🍴
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época	Fruta da época
<b>SÁBADO</b>	<b>SOPA</b>	Sopa de couve e nabo	Creme de alho francês
	<b>PRATO GERAL</b>	Solha no forno com arroz de ervilhas, salada 🍴	Strogonoff de peru com massa esparguete, salada 🍴
	<b>PRATO LIGEIRO</b>	Solha grelhada com arroz, salada 🍴	Massa de peru ao natural, salada 🍴
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época	Fruta da época
<b>DOMINGO</b>	<b>SOPA</b>	Creme de cenoura	Caldo de cebola
	<b>PRATO GERAL</b>	Lombo assado com batata assada, salada 🍴	Ovo escalfado com ervilhas e chouriço, arroz 🍴 🍴
	<b>PRATO LIGEIRO</b>	Lombo assado ao natural com batata cozida, salada	Ovo escalfado com arroz, salada 🍴
	<b>SOBREMESA</b>	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.

