

MUNICÍPIO DE CARREGAL DO SAL

Semana de 4 a 8 de Junho de 2018

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	creme de alho francês	legumes salteados (cenoura, ervilha e milho)
DIA	Prato	bolonhesa de cavala	
4	Sobremesa*	fruta da época [banana]	
3ª-feira	Sopa	de vegetais	
DIA	Prato	chili de carnes	
5	Sobremesa*	fruta da época [maçã amarela]	
4ª-feira	Sopa	creme de couve flor	salada de batata e macedónia de legumes
DIA	Prato	saladinha de pescada e ovo	
6	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
5ª-feira	Sopa	de grão-de-bico com espinafres	
DIA	Prato	perú gratinado	
7	Sobremesa*	fruta da época	
6ª-feira	Sopa	de nabo	[esparguete, ovo, filete afiambrado, salsichas, ervilha e milho]
DIA	Prato	massa à italiana	
8	Sobremesa*	fruta da época ou doce	

*nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor



MUNICÍPIO DE CARREGAL DO SAL

Semana de 11 a 15 de Junho de 2018

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	creme de legumes	
DIA	Prato	rolo de carne no forno	arroz branco e cenoura raspada
11	Sobremesa*	fruta da época [laranja]	
3ª-feira	Sopa	de juliana de couve	
DIA	Prato	empadão de paloco	salada de alface
12	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
4ª-feira	Sopa	de alho francês	
DIA	Prato	massa de frango	macedónia de legumes
13	Sobremesa*	fruta da época	
5ª-feira	Sopa	de curgete e cenoura	
DIA	Prato	pescada com molho de cenoura	arroz de ervilhas e juliana de alface
14	Sobremesa*	fruta da época ou iogurte de aromas	
6ª-feira	Sopa	de feijão vermelho com vegetais	
DIA	Prato	almôndegas estufadas	esparguete e cenoura
15	Sobremesa*	fruta da época	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
*variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor



DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de feijão verde	
DIA	Prato	arroz de atum com ervilhas e milho	
18	Sobremesa*	fruta da época	
3ª-feira	Sopa	de couve lombarda	
DIA	Prato	massa de carnes	ervilha e cenoura
19	Sobremesa*	fruta da época	
4ª-feira	Sopa	de brócolos	
DIA	Prato	pescada dourada	salada de batata e legumes
20	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
5ª-feira	Sopa	creme de abóbora	
DIA	Prato	salsichas no forno	esparguete e cenoura raspada
21	Sobremesa*	fruta da época	
6ª-feira	Sopa	de com couve coração	
DIA	Prato	pá de porco assada	batata pala-pala, arroz branco e salada mista
22	Sobremesa*	fruta da época ou doce	

*nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor



DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de legumes	cenoura raspada
DIA	Prato	esparguete à bolonesa	
25	Sobremesa*	fruta da época [maçã amarela]	
3ª-feira	Sopa	creme de abóbora	macedónia de legumes
DIA	Prato	arroz de peixe	
26	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
4ª-feira	Sopa	de couve flor e cenoura	[carne porco, chouriço, massa, macedónia de legumes]
DIA	Prato	massa de carnes à primavera	
27	Sobremesa*	fruta da época [laranja]	
5ª-feira	Sopa	creme de vegetais	batata e salada mista
DIA	Prato	pescada no forno	
28	Sobremesa*	fruta da época	
6ª-feira	Sopa	de grão-de-bico com couve	arroz alegre [jardineira de legumes] e alface
DIA	Prato	omelete com fiambre no forno	
29	Sobremesa*	fruta da época ou iogurte de aromas	

*nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor

