



**EMENTA DA SEMANA**  
**11 a 15 de outubro**



|                                   |  |  |
|-----------------------------------|--|--|
| <b>2.ª Feira</b><br><b>Dia 11</b> | <b>Sopa</b><br><b>Prato</b><br><b>Acompanhamento</b><br><b>Sobremesa</b> | Creme de abóbora<br>Carne de novilho com massa<br>Salada de tomate<br>Fruta da época   |
| <b>3.ª Feira</b><br><b>Dia 12</b> | <b>Sopa</b><br><b>Prato</b><br><b>Acompanhamento</b><br><b>Sobremesa</b> | Creme de cenoura<br>Entrecosto estufado com arroz<br>Salada de alface<br>Fruta da época  |
| <b>4.ª Feira</b><br><b>Dia 13</b> | <b>Sopa</b><br><b>Prato</b><br><b>Acompanhamento</b><br><b>Sobremesa</b> | Creme de feijão-verde<br>Lombinhos de pescada no forno com arroz de legumes<br>Salada mista<br>Fruta da época ou mousse de chocolate |
| <b>5.ª Feira</b><br><b>Dia 14</b> | <b>Sopa</b><br><b>Prato</b><br><b>Acompanhamento</b><br><b>Sobremesa</b> | Creme de alho-francês<br>Empadão de carne<br>Salada de tomate e alface<br>Fruta da época   |
| <b>6.ª Feira</b><br><b>Dia 15</b> | <b>Sopa</b><br><b>Prato</b><br><b>Acompanhamento</b><br><b>Sobremesa</b> | Creme de legumes<br>Fêvera grelhada com feijão preto e arroz<br>Couve e farinha de mandioca<br>Fruta da época                        |

**Nota:** Todos os dias há um prato alternativo (em caso de doença ou alergia alimentar), desde que avisem na cozinha com a devida antecedência