



## EMENTA DA SEMANA

16 a 20 de outubro



<b>2.ª Feira</b> <b>Dia 16</b>	<b>Sopa</b> <b>Prato</b> <b>Acompanhamento</b> <b>Sobremesa</b>	Creme de cenoura Massa com carne Salada de tomate Fruta da época
<b>3.ª Feira</b> <b>Dia 17</b>	<b>Sopa</b> <b>Prato</b> <b>Acompanhamento</b> <b>Sobremesa</b>	Creme de legumes Bifinhos grelhados com arroz Feijão preto e couve Fruta da época
<b>4.ª Feira</b> <b>Dia 18</b>	<b>Sopa</b> <b>Prato</b> <b>Acompanhamento</b> <b>Sobremesa</b>	Creme de espinafres Lombinhos de pescada com arroz de legumes Salada de tomate e pepino Fruta da época ou iogurte
<b>5.ª Feira</b> <b>Dia 19</b>	<b>Sopa</b> <b>Prato</b> <b>Acompanhamento</b> <b>Sobremesa</b>	Creme de abóbora Frango à Brás Salada mista Fruta da época
<b>6.ª Feira</b> <b>Dia 20</b>	<b>Sopa</b> <b>Prato</b> <b>Acompanhamento</b> <b>Sobremesa</b>	Creme de alho-francês Massa recheada Salada de alface 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