

UNIDADE**CÂMARA MUNICIPAL DE FELGUEIRAS****SEMANA****REFEIÇÃO****De: 02.01.2012****A: 06.01.2012****ALMOÇO**

| | | |
|-----------------|-------------------|--|
| | SOPA: | Creme de legumes |
| 2ª FEIRA | PRATO: | Croquetes de Vitela com Macarronada de Tomate e Salada de Alface e Milho |
| | SOBREMESA: | Maçã Golden |

| | | |
|-----------------|-------------------|---|
| | SOPA: | Nabos e Repolho |
| 3ª FEIRA | PRATO: | Pescada de Cebolada com Batata Cozida, Brócolos e Cenoura Cozidas |
| | SOBREMESA: | Laranja |

| | | |
|-----------------|-------------------|--|
| | SOPA: | Cenoura e Abóbora |
| 4º FEIRA | PRATO: | Feijoadinha à Portuguesa (Carne de porco limpa, feijão manteiga, repolho, cebola e cenoura) com Arroz Seco e Salada de Tomate e Pepino |
| | SOBREMESA: | Banana |

| | | |
|-----------------|-------------------|---|
| | SOPA: | Feijão Verde |
| 5ª FEIRA | PRATO: | Filetes de Panga Gratinados com Salada de Legumes (Cenoura, Ervilha, Milho e Batata aos cubinhos) e Salada de couve roxa ripada |
| | SOBREMESA: | Pudim Caramelo |

| | | |
|-----------------|-------------------|--|
| | SOPA: | Espinafres com Grão-de-Bico |
| 6ª FEIRA | PRATO: | Frango Estufado com cenoura e ervilhas com Arroz branco e Cenoura Ralada |
| | SOBREMESA: | Pêra |

Nota: Esta ementa poderá sofrer alterações por motivos imprevistos.

Damos Valor à sua Alimentação!

UNIDADE**CÂMARA MUNICIPAL DE FELGUEIRAS****SEMANA****REFEIÇÃO****De: 09.01.2012****A: 13.01.2012****ALMOÇO**

| | | |
|----------|-------------------|--|
| | SOPA: | Lombarda |
| 2ª FEIRA | PRATO: | Salada de Atum c/ Batata ao cubo, Feijão-frade, Cebola e Salsa picadas |
| | SOBREMESA: | Kiwi |

| | | |
|----------|-------------------|--|
| | SOPA: | Creme de Favas |
| 3ª FEIRA | PRATO: | Hambúrguer de Peru Grelhado com Arroz de Pimentos e Salada de Alface |
| | SOBREMESA: | Maçã Royal Gala |

| | | |
|----------|-------------------|--|
| | SOPA: | Nabiça couve |
| 4º FEIRA | PRATO: | Posta de Abrótea Cozida com Batata e Repolho e Cenoura cozidos salteados |
| | SOBREMESA: | Gelatina de Ananás |

| | | |
|----------|-------------------|--|
| | SOPA: | Juliana de Legumes |
| 5ª FEIRA | PRATO: | Estufado de Grão de Bico com Massa Cortada, Carnes (Vaca e Porco) e Legumes (Lombarda e Cenoura) |
| | SOBREMESA: | Pêra |

| | | |
|----------|-------------------|---|
| | SOPA: | Alho Francês |
| 6ª FEIRA | PRATO: | Peixe Prata no Forno com Milho, Arroz de Legumes e Cenoura ripada |
| | SOBREMESA: | Laranja |

Nota: Esta ementa poderá sofrer alterações por motivos imprevistos.

Damos Valor à sua Alimentação!

UNIDADE**CÂMARA MUNICIPAL DE FELGUEIRAS****SEMANA****REFEIÇÃO****De: 16.01.2012****A: 20.01.2012****ALMOÇO**

| | | |
|-----------------|-------------------|---|
| | SOPA: | Creme de Cenoura |
| 2ª FEIRA | PRATO: | Esparguete à Bolonhesa e Cenoura Ripada |
| | SOBREMESA: | Maçã Starking |

| | | |
|-----------------|-------------------|--|
| | SOPA: | Repolho e Feijão Branco |
| 3ª FEIRA | PRATO: | Peixe Espada Estufado com Batata Cozida, Brócolos e Couve Flor |
| | SOBREMESA: | Banana |

| | | |
|-----------------|-------------------|---|
| | SOPA: | Feijão Verde |
| 4º FEIRA | PRATO: | Arroz de Carnes (carne de porco limpa e frango) com Salada de Alface e Tomate |
| | SOBREMESA: | Laranja |

| | | |
|-----------------|-------------------|--|
| | SOPA: | Cebola com Abóbora |
| 5ª FEIRA | PRATO: | Filetes de Pescada Panados com Salada Russa (Batata, Cenoura, Milho e Feijão Verde) e Salada de Alface |
| | SOBREMESA: | Pudim de Chocolate |

| | | |
|-----------------|-------------------|---|
| | SOPA: | Alho Francês e Grão-de-Bico |
| 6ª FEIRA | PRATO: | Roti de Peru (Rolo de Peru) Estufado com Cenoura, Ervilhas, Massa Espiral e Couve Roxa Ripada |
| | SOBREMESA: | Kiwi |

Nota: Esta ementa poderá sofrer alterações por motivos imprevistos.

Damos Valor à sua Alimentação!

UNIDADE**CÂMARA MUNICIPAL DE FELGUEIRAS****SEMANA****REFEIÇÃO****De: 23.01.2012****A: 27.01.2012****ALMOÇO**

| | | |
|----------|-------------------|--|
| | SOPA: | De Penca |
| 2ª FEIRA | PRATO: | Bolinhos de Bacalhau com Arroz de Legumes e Salada de Cenoura e Tomate |
| | SOBREMESA: | Pêra |

| | | |
|----------|-------------------|---|
| | SOPA: | Abóbora com Nabos |
| 3ª FEIRA | PRATO: | Feijoadinha à Transmontana (Feijão vermelho, Carne de porco, Grelos e Cenoura) com Arroz e Salada de Alface |
| | SOBREMESA: | Maçã Golden |

| | | |
|----------|-------------------|--|
| | SOPA: | Cenoura e Feijão Verde |
| 4º FEIRA | PRATO: | Solha Gratinada com Batata Cozida e Cenoura e Feijão Verde cozidos |
| | SOBREMESA: | Gelatina de Morango |

| | | |
|----------|-------------------|--|
| | SOPA: | Agrião |
| 5ª FEIRA | PRATO: | Frango Assado no Forno com Massa riscada com Feijão catarino e Lombarda e Salada de Tomate |
| | SOBREMESA: | Laranja |

| | | |
|----------|-------------------|---|
| | SOPA: | Ervilhas |
| 6ª FEIRA | PRATO: | Lulas Estufadas com Cenoura e Arroz de Couve e Salada de Tomate e Milho |
| | SOBREMESA: | Banana |

Nota: Esta ementa poderá sofrer alterações por motivos imprevistos.

Damos Valor à sua Alimentação!

UNIDADE

CÂMARA MUNICIPAL DE FELGUEIRAS

SEMANA

REFEIÇÃO

De: **30.01.2012**

A: **31.01.2012**

ALMOÇO

| | | |
|----------|-------------------|---|
| | SOPA: | De Legumes |
| 2ª FEIRA | PRATO: | Jardineira de Carnes (vaca e porco) e Salada de Alface e Couve Roxa |
| | SOBREMESA: | Maçã Royal Gala |

| | | |
|----------|-------------------|---|
| | SOPA: | Espinafres |
| 3ª FEIRA | PRATO: | Douradinhos de Pescada no Forno com Arroz de Legumes e Cenoura Ripada |
| | SOBREMESA: | Leite-Creme |

| | | |
|----------|-------------------|--|
| | SOPA: | |
| 4º FEIRA | PRATO: | |
| | SOBREMESA: | |

| | | |
|----------|-------------------|--|
| | SOPA: | |
| 5ª FEIRA | PRATO: | |
| | SOBREMESA: | |

| | | |
|----------|-------------------|--|
| | SOPA: | |
| 6ª FEIRA | PRATO: | |
| | SOBREMESA: | |

Nota: Esta ementa poderá sofrer alterações por motivos imprevistos.

Damos Valor à sua Alimentação!