

Semana – 18 a 22 de dezembro de 2023

Segunda-Feira (18-12-2023)

Sopa: Juliana

Prato: Costeletas Estufadas c/ Arroz de Ervilhas, Salada de Alface, Agrião e Couve Branca

Prato Veg: Risoto de Alho Francês, Ervilhas e Salada

Sobremesa: Fruta da Época.



Terça-Feira (19-12-2023)

Sopa: Bróculos

Prato: Pescada Gratinada c/ Batata Cenoura, Bechamel, Salada de Alface, Tomate e Rúcula

Prato Veg: Vegetais Gratinados c/ Batata, Bechamel e Salada

Sobremesa: Fruta da Época.



Quarta-Feira (20-12-2023)

Sopa: Feijão Verde

Prato: Macarronete à D. Dinis (Carne Picada, Molho de Tomate), Salada de Alface, Pepino e Milho

Prato Veg: Soja Estufada c/ Legumes, Massa Macarronete e Salada.

Sobremesa: Fruta da Época.



Quinta-Feira (21-12-2023)

Sopa: Creme de Lentilhas

Prato: Corvina no Forno c/ Puré de Abóbora, Salada de Alface, Tomate e Pepino.

Prato Veg: Curgete, Couve Flôr, Beringela, Cogumelos no Forno c/ Puré de Abóbora e Salada.

Sobremesa: Fruta da Época.



Sexta-Feira (22-12-2023)

Sopa: Curgete c/ Cenoura

Prato: Peito de Frango Guisado c/ Arroz de Legumes, Salada de Alface, Beterraba e Agrião

Prato Veg: Favas Estufadas c/ Arroz de Legumes e Salada

Sobremesa:..



* A ementa pode ser sujeita a alterações


O Diretor

Manuel Nora
Quarteira

Data

04 de dezembro 2023