

EMENTA DA SEMANA

DE: 28-07 A 31-07-2025



2ª Feira

Sopa: Creme de Legumes

Carne: Croquetes de Carne c/ arroz alegre

Peixe: Arroz de Marisco

Dieta: Pescada cozida c/ todos

Vegetariano: Quiche de Legumes

3ª Feira

Sopa: Brócolos

Carne: Strogonoff de Frango c/ arroz e batata frita

Peixe: Omelete de camarão c/ arroz e batata frita

Dieta: Bife de frango grelhado c/ arroz

Vegetariano: Massa Espiral c/ legumes e queijo

4ª Feira

Sopa: Feijão Verde

Carne: Carne de porco à portuguesa c/ batata frita

Peixe: Calamares c/ arroz de cenoura

Dieta: Linguado no forno c/ batata cozida

Vegetariano: Soja estufada c/ esparguete

5ª Feira

Sopa: Agrião

Carne: Entrecosto no forno c/ batata corada

Peixe: Pastéis de bacalhau c/ arroz de grelos

Dieta: Bife de vaca grelhado c/ arroz

Vegetariano: Croquetes de Espinafres c/ arroz

6ª Feira

FÉRIAS

Refeição completa *não sócio* - Sopa+Prato+Sobremesa+Pão = € 7,65

Refeição completa *sócio* - Sopa+Prato+Sobremesa+Pão = € 6,90