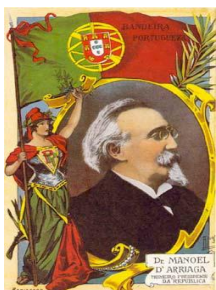


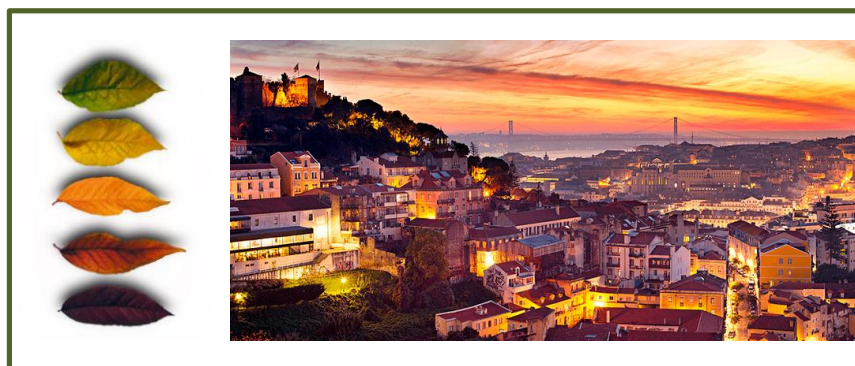
DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de vegetais	
	Peixe	pescada assada	batata assada e legumes
	Carne	hamburguer grelhado	batata frita e arroz
	Opção	costeleta com molho piri piri	batata frita e arroz
	Sobremesa	fruta da época / doce	
3ª-feira	Sopa	de grão-de-bico com hortaliça	
	Peixe	solha grelhada	batata cozida e brócolos
	Carne	frango no forno	batata frita e arroz de ervilhas
	Opção	panadinho de queijo e fiambre	batata frita e arroz
	Sobremesa	fruta da época / doce	
4ª-feira	Sopa	de cenoura e nabo	
	Peixe	filetes no forno	salada de batata
	Carne	almôndegas de tomatada	massa salteada
	Opção	rissois de camarão	batata frita e arroz
	Sobremesa	fruta da época / doce	
5ª-feira	Sopa	de feijão branco com couve	
	Peixe	massa de atum	
	Carne	espetada grelhada	batata frita e arroz de cenoura
	Opção	panadinhos	arroz de cenoura
	Sobremesa	fruta da época / doce	
6ª-feira	Sopa		
	Peixe	Feriado	
	Carne		
	Opção		
	Sobremesa		

5 de Outubro



**Manuel José de Arriaga Brum da Silveira e Peyrelongue** foi um advogado, professor, escritor e político de origem açoriana. Grande orador e membro destacado da geração doutrinária do republicanismo português, a 24 de agosto de 1911 tornou-se no primeiro presidente eleito da República Portuguesa.

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	creme de cenoura	
	Peixe	bacalhau com gratinado	
	Carne	febras com molho de piri-piri	batata frita com arroz
	Opção	francesinha	batata frita
	Sobremesa	fruta da época /doce	
3ª-feira	Sopa	de feijão com hortaliça	
	Peixe	peixe grelhado	batata cozida e legumes
	Carne	panadinhos de frango	esparguete salteado
	Opção	esparguete à bolonhesa	
	Sobremesa	fruta da época /doce	
4ª-feira	Sopa	de abóbora e ervilhas	
	Peixe	red fish assado	batata assada e legumes
	Carne	espetada grelhada	batata frita e arroz
	Opção	douradinhos no forno	batata frita e arroz
	Sobremesa	fruta da época /doce	
5ª-feira	Sopa	à camponesa	
	Peixe	lulas à bordalesa	puré de batata e tostas
	Carne	pá de porco assada	batata frita
	Opção	lasanha de carnes	batata frita e salada
	Sobremesa	fruta da época /doce	
6ª-feira	Sopa	da horta	
	Peixe	raia dourada	arroz de tomate
	Carne	frango assado	massa espiral e legumes
	Opção	pizza	batata frita
	Sobremesa	fruta da época /doce	



DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de brócolos	
	Peixe	massa de atum	
	Carne	carne de porco à alentejana	
	Opção	almôndegas	batata frita e arroz
	Sobremesa	fruta da época / doce	
3ª-feira	Sopa	de repolho	
	Peixe	bacalhau à Braga	
	Carne	bife de frango grelhado	batata frita e arroz
	Opção	francesinha	batata frita
	Sobremesa	fruta da época / doce	
4ª-feira	Sopa	de legumes	
	Peixe	filetes dourados	arroz de tomate
	Carne	febra grelhada	batata frita e arroz
	Opção	panadinhos de queijo e fiambre	batata frita e arroz
	Sobremesa	fruta da época / doce	
5ª-feira	Sopa	canja com massinhas	
	Peixe	caldeirada de raia	
	Carne	feijoada à Brasileira	arroz
	Opção	cachorro no prato	
	Sobremesa	fruta da época / doce	
6ª-feira	Sopa	caldo verde	
	Peixe	pescada à Zé do Pipo	
	Carne	carne de porco à primavera	batata frita
	Opção	acepipes variados	arroz de legumes
	Sobremesa	fruta da época / doce	



DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	creme de legumes	
	Peixe	red fish no forno	batata assada e legumes
	Carne	massa à bolonhesa	
	Opção	bifanas com molho piri-piri	batata frita
	Sobremesa	fruta da época / doce	
3ª-feira	Sopa	de repolho	
	Peixe	raia dourada	arroz de feijão
	Carne	frango no forno	batata frita
	Opção	costeleta grelhada	arroz e batata frita
	Sobremesa	fruta da época / doce	
4ª-feira	Sopa	creme de cenoura	
	Peixe	filetes no forno	batata assada e feijão verde
	Carne	almôndegas de tomatada	massa espiral salteada
	Opção	bife de frango grelhado	batata frita e arroz
	Sobremesa	fruta da época / doce	
5ª-feira	Sopa	canja com massinhas	
	Peixe	massa de atum	salada de batata
	Carne	moelas com molho de piri-piri	batata frita
	Opção	lasanha de carne	
	Sobremesa	fruta da época / doce	
6ª-feira	Sopa	caldo verde	
	Peixe	pescada grelhada	batata cozida e legumes cozidos
	Carne	strogonoff	arroz branco e salada
	Opção	hamburguer com queijo	batata frita e salada
	Sobremesa	fruta da época / doce	



DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de vegetais	
	Peixe	saladinha de atum	
	Carne	febras com molho piri piri	batata frita e arroz
	Opção	douradinhos no forno	batata frita e arroz
	Sobremesa	fruta da época / doce	
3ª-feira	Sopa	hortaliça	
	Peixe	solha grelhada	batata cozida e brócolos
	Carne	frango no forno	batata frita e arroz de ervilhas
	Opção	pizza	batata frita
	Sobremesa	fruta da época / doce	
4ª-feira	Sopa	de cenoura e cubos	
	Peixe	raia dourada	salada de batata
	Carne	espetada no forno	batata frita
	Opção	bife de frango grelhado	batata frita e arroz
	Sobremesa	fruta da época / doce	
5ª-feira	Sopa		
	Peixe	Feriado	
	Carne		
	Opção		
	Sobremesa		
6ª-feira	Sopa	creme de ervilhas	
	Peixe	bacalhau à Gomes de Sá	
	Carne	pá de porco assada	batata frita e arroz
	Opção	cachorro no prato	batata frita
	Sobremesa	fruta da época / doce	

