



## EMENTA SEMANAL | DE 3 A 7 DE JANEIRO DE 2022

### SELF-SERVICE SEDE DA ACB E OFICINAS GERAIS

<b>5ª Feira</b> 30/12	<b>SOPA</b> <b>CARNE/DIETA</b> <b>PEIXE</b>	Couve portuguesa e feijão Cozido simples sem enchidos Dourada assada com batata assada, arroz e salada mista
<b>6ª Feira</b> 31/12	<b>TOLERÂNCIA DE PONTO</b>	
<b>2ª Feira</b> 03/01	<b>SOPA</b> <b>CARNE</b> <b>PEIXE/DIETA</b>	Juliana de Legumes Jardineira Cozido de Pescada
<b>3ª Feira</b> 04/01	<b>SOPA</b> <b>CARNE/DIETA</b> <b>PEIXE</b>	Nabos Costeleta de porco grelhada com arroz de cenoura e salada mista Red-fish assado com batata assada, arroz e salada
<b>4ª Feira</b> 05/01	<b>SOPA</b> <b>CARNE</b> <b>PEIXE/DIETA</b>	Couve-flor e cenoura Massa à Lavrador Pescada grelhada com batata cozida e legumes salteados
<b>5ª Feira</b> 06/01	<b>SOPA</b> <b>CARNE/DIETA</b> <b>PEIXE</b>	Espinafres Cozido de frango Verdinhos fritos com arroz solto de grelos
<b>6ª Feira</b> 07/01	<b>SOPA</b> <b>CARNE</b> <b>PEIXE/DIETA</b>	Couve coração e grão-de-bico Churrasquinho (entremeada e fêvera grelhada) c/ feijão preto e arroz Abrótea estufada com legumes e arroz

APENAS DISPONÍVEL NO  
SELF-SERVICE DA SEDE DA ACB

**Obs.** A ementa poderá sofrer alterações em situações excepcionais.

Elaborado por:

 (Nutricionista 2453N)