




EMENTA SEMANAL | DE 24 A 28 DE JANEIRO DE 2022

SELF-SERVICE SEDE DA ACB E OFICINAS GERAIS

5ª Feira 20/01	SOPA CARNE/DIETA PEIXE	Nabiças e grão-de-bico Bife de vitela grelhado com arroz e salada Caldeirada de Peixe
6ª Feira 21/01	SOPA CARNE PEIXE/DIETA	Couve portuguesa e cenoura Empadão de carne com salada mista Peixe-espada grelhado com batata cozida e brócolos
2ª Feira 24/01	SOPA CARNE PEIXE/DIETA	Creme de ervilhas e cenoura Arroz à Valenciana Cozido de Pescada
3ª Feira 25/01	SOPA CARNE/DIETA PEIXE	Couve-galega Fêvera de porco grelhada com arroz de cenoura e salada mista Salmão assado com batata assada, arroz e salada
4ª Feira 26/01	SOPA CARNE PEIXE/DIETA	Alho francês e abóbora Francesinha à Moda da Casa Salada de feijão-frade com atum, ovo, arroz e salada de tomate
5ª Feira 27/01	SOPA CARNE/DIETA PEIXE	Repolho e cenoura Bife de frango grelhado c/ arroz de legumes e salada mista Sardinha miúda frita com arroz solto de legumes
6ª Feira 28/01	SOPA CARNE PEIXE/DIETA	Feijão-verde Carne de vaca estufada com legumes e puré Cavala grelhada com batata cozida e legumes salteados

Obs. A ementa poderá sofrer alterações em situações excecionais.

Elaborado por:

 (Nutricionista 2453N)