



## EMENTA SEMANAL | DE 15 A 19 DE AGOSTO DE 2022

### SELF-SERVICE SEDE DA ACB

<b>5ª Feira</b> 11/08	<b>SOPA</b> <b>CARNE/DIETA</b> <b>PEIXE</b>	Caldo verde Coxa de frango grelhada com arroz de legumes e salada Salada de feijão-frade com atum, ovo, molho verde e arroz
<b>6ª Feira</b> 12/08	<b>SOPA</b> <b>CARNE</b> <b>PEIXE/DIETA</b>	Feijão-verde Vitela assada com batata assada, arroz e salada mista Pescada grelhada com batata cozida e legumes salteados
<b>2ª Feira</b> 15/08	<b>FERIADO</b>	
<b>3ª Feira</b> 16/08	<b>SOPA</b> <b>CARNE</b> <b>PEIXE/DIETA</b>	Juliana de legumes Arroz à Valenciana Cozido de Pescada
<b>4ª Feira</b> 17/08	<b>SOPA</b> <b>CARNE/DIETA</b> <b>PEIXE</b>	Brócolos Fêvera de porco grelhado com arroz de cenoura e salada mista Sardinha miúda frita com arroz de feijão
<b>5ª Feira</b> 18/08	<b>SOPA</b> <b>CARNE</b> <b>PEIXE/DIETA</b>	Courgette e cenoura Coelho à Caçador Solha grelhada com molho de limão, batata cozida e brócolos
<b>6ª Feira</b> 19/08	<b>SOPA</b> <b>CARNE/DIETA</b> <b>PEIXE</b>	Espinafres Bifes de peru estufados ao natural com legumes e arroz Jardineira de Lulas

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

Elaborado por:

*Rita Peixoto* (Nutricionista 2453N)