



EMENTA SEMANAL | DE 26 A 30 DE SETEMBRO DE 2022

SELF-SERVICE SEDE DA ACB E OFICINAS GERAIS

5ª Feira 22/09	SOPA	Feijão-verde
	CARNE/DIETA	Costeleta de porco grelhada com arroz de legumes e salada
	PEIXE	Feijoada de Lulas
6ª Feira 23/09	SOPA	Couve galega
	CARNE	Frango primaveril (alho francês, pimento, tomate e cenoura) c/ arroz
	PEIXE/DIETA	Salmão grelhado com batata cozida e legumes salteados
2ª Feira 26/09	SOPA	Macedónia
	CARNE	Rancho
	PEIXE/ DIETA	Cozido de Pescada
3ª Feira 27/09	SOPA	Alho francês e cenoura
	CARNE/DIETA	Coxa de frango grelhada com arroz de legumes e salada mista
	PEIXE	Bacalhau à Gomes de Sá com grelos
4ª Feira 28/09	SOPA	Grelos
	CARNE	Costeletas à Portuguesa com batata cozida e salada de tomate
	PEIXE/DIETA	Robalo grelhado com batata cozida e feijão-verde
5ª Feira 29/09	SOPA	Brócolos
	CARNE/DIETA	Bife de vitela grelhado com arroz de ervilhas e salada mista
	PEIXE	Feijoada de Marisco
6ª Feira 30/09	SOPA	Couve lombarda e cenoura
	CARNE	Coelho assado com batata assada, arroz e salada
	PEIXE/DIETA	Peixe-espada grelhado com batata cozida e couve-de-bruxelas

Obs. A ementa poderá sofrer alterações em situações excecionais.

Elaborado por:

Rita Peixoto (Nutricionista 2453N)