

EMENTA

OUTUBRO 2017

	2ª Feira (02-10-2017)	3ª Feira (03-10-2017)	4ª Feira (04-10-2017)	5ª Feira (05-10-2017)	6ª Feira (06-10-2017)
Sopa:	Creme Navet	Creme Vouga	Vichisoise	FERIADO	Creme Martim Moniz
Peixe:	-	Omelete de camarão com batata palito	-		Peixe assado à Minhota
Peixe (Dieta)	-	Salada de feijão frade com atum fresco	-		Peixe assado à Minhota sem refogados
Carne:	Frango assado com batata assada e alecrim	-	Strogonoff de peru		-
Carne (Dieta)	Frango grelhado com salada	-	Salada de peru com macarrão		-
Sobremesa:	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época		Fruta da época
	2ª Feira (09-10-2017)	3ª Feira (10-10-2017)	4ª Feira (11-10-2017)	5ª Feira (12-10-2017)	6ª Feira (13-10-2017)
Sopa:	Sopa à Lavrador	Creme aveludado Palha Blanco	Canja galinha à Terceirense	Creme de brócolos	Creme Cartaxense
Peixe:	Pasteis de bacalhau com arroz de espinafres	-	Medalhões de peixe à Florentina com, puré de batata	-	-
Peixe (Dieta)	Boca negra com batata doce cozida	-	Medalhões de peixe escalfado	-	-
Carne:	-	Goulash à Húngara	-	Lombo de porco com feijão branco	Frango na púcura
Carne (Dieta)	-	Carne de vaca cozida com legumes	-	Bifanas grelhadas com feijão branco assado	Frango corado na chapa com legumes grelhados
Sobremesa:	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	mousse chocolate	Fruta da época
	2ª Feira (16-10-2017)	3ª Feira (17-10-2017)	4ª Feira (18-10-2017)	5ª Feira (19-10-2017)	6ª Feira (20-10-2017)
Sopa:	Creme Camélia	Creme Garbure	Creme Bretonne	Creme Chilena	Sopa Batata doce
Peixe:	-	Medalhões de peixe com molho mousseline e tagliatelle	-	-	-
Peixe (Dieta)	-	Medalhões de peixe a vapor com tagliatelle e salada	-	Salada bulgur e peixe	-
Carne:	Rancho à moda de Viseu	-	Supremos de frango Maryland	Feijoada à brasileira	Croquetes de carne com arroz pillaw
Carne (Dieta)	Ratatouille com ovo escalfado	-	Salada César com frango e tomate	-	Lombinho de porco grelhado
Sobremesa:	Fruta da época	Arroz doce	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
	2ª Feira (23-10-2017)	3ª Feira (24-10-2017)	4ª Feira (25-10-2017)	5ª Feira (26-10-2017)	6ª Feira (27-10-2017)
Sopa:	Salada Niçoise com atum	Sopa Glória	Sopa Alentejana	Creme de Aipo	Sopa transmontana
Peixe:	Rissóis de marisco com puré e salada	-	-	-	Filetes de abrótea com arroz de ameijoas e molho tártaro
Peixe (Dieta)	Peixe em caldeirada	-	-	Peixe cozido com todos	Misto de legumes
Carne:	-	Hambúrguer à Alemã	Francesinha	Gigot de aves	-
Carne (Dieta)	-	Hambúrguer grelhado	Prego no prato com salada mista e arroz branco	-	-
Sobremesa:	Fruta da época	Torta de laranja	Fruta da época	Pudim flã	Fruta da época

NOTA – A ementa sujeita a alterações

A fruta da época estará diariamente disponível para consumo mesmo que a sobremesa seja um doce, o aluno pode escolher entre 1 peça de fruta ou o doce