

EMENTA

JANEIRO 2018

	2ª Feira (08-01-2018)	3ª Feira (09-01-2018)	4ª Feira (10-01-2018)	5ª Feira (11-01-2018)	6ª Feira (12-01-2018)
Sopa:	Creme vouga	Sopa glória	Creme de cenoura	Creme Bretone	Quiche lorraine
Peixe:	-	Arroz de Atum no forno	-	-	Lombo de peixe Chambord
Peixe (Dieta)	-	Peixe cozido em aldo curto	-	-	Arroz de peixe
Carne:	Frango com cerveja	-	Feijoada à transmontana	Carl de frango à Indiana	-
Carne (Dieta)	Frango grelhado	-	Salada Vegan	Frango cozido a vapor	-
Sobremesa:	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
	2ª Feira (15-01-2018)	3ª Feira (16-01-2018)	4ª Feira (17-01-2018)	5ª Feira (18-01-2018)	6ª Feira (19-01-2018)
Sopa:	Creme à Palha Blanco	Sopa de carne à Portuguesa	Sopa peixe Algarvia	Croque Monsieur	Creme Camélia
Peixe:	-	Peixão assado com cebolada atomatada	-	Gojons de peixe Orly com arroz de pimentos	-
Peixe (Dieta)	-	Peixão assado	-	Peixe em sous-vide	-
Carne:	Frango Assado c/alecrim	-	Bifanas à moda de Portimão	-	Chilli de carne
Carne (Dieta)	Frango grelhado com salada	-	Bifanas grelhadas	-	Salada do Outono
Sobremesa:	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
	2ª Feira (22-01-2018)	3ª Feira (23-01-2018)	4ª Feira (24-01-2018)	5ª Feira (25-01-2018)	6ª Feira (26-01-2018)
Sopa:	Sopa maria cristina	Creme cartaxense	Salada russa com atum	Sopa milho	Crepes gratinados
Peixe:	-	Caldeirada	-	Filetes peixe Dieppoise	-
Peixe (Dieta)	-	Caldeirada	-	Peixe cozido	-
Carne:	Carne porco à Portuguesa	-	Arroz de pato à moda de Braga	-	Almondegas talharim
Carne (Dieta)	Carne porco à Portuguesa com batata cozida	-	Salada quente de pato	-	Hambúrguer grelhado no prato com talharim e tomate grelhado
Sobremesa:	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
	2ª Feira (29-01-2018)	3ª Feira (30-01-2018)	4ª Feira (31-01-2018)		
Sopa:	Creme Martim Moniz	Sopa pedra	Creme farripas de ovo		
Peixe:	-	Bacalhau à Brás	-		
Peixe (Dieta)	-	Arroz de Bacalhau	-		
Carne:	Picapau com batata rissollé	-	Francesinha		
Carne (Dieta)	Picapau com carne grelhada e batata cozida	-	Sandes de carnes grelhadas com salada e ovo cozido		
Sobremesa:	Fruta da época	Fruta da época	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