

NOVEMBRO 2018

	2ª Feira (05-11-2018)	3ª Feira (06-11-2018)	4ª Feira (07-11-2018)	5ª Feira (08-11-2018)	6ª Feira (09-11-2018)
Sopa:	Caldo de Castanhas	Sopa Glória	Crema de Cenoura	Quiche Lorraine	Aveludado de Peixe
Peixe:		Peixe assado à Minhota		Medalhões de peixe c/ molho musseline	
Peixe (Dieta)		Peixe assado à Minhota c/ legumes assados a crú		Medalhões de peixe escalfados c/ limão	
Carne:	Bifanas no pão c/ batata frita		Pica-Pau c/ batata Rissolé		Goulash à húngara
Carne (Dieta)	Bifanas no pão c/ batata assada e salada		Pica-Pau grelhado c/ batata cozida e legumes braseados		Ganso de vitela cozido c/ jardineira de legumes
Sobremesa:	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce
	2ª Feira (12-11-2018)	3ª Feira (13-11-2018)	4ª Feira (14-11-2018)	5ª Feira (15-11-2018)	6ª Feira (16-11-2018)
Sopa:	Sopa Transmontana	Empadas de Atum	Sopa Asiática	Crema Bretonne	Crema de Alface
Peixe:	Polvo à Lagareiro		Peixe à marinheira c/ tagliatelle		
Peixe (Dieta)	Polvo à Lagareiro c/ azeite a crú		Boca Negra grelhado c/ batata doce		
Carne:		Bife à Portuguesa		Gigot de aves	Hambúrguer à Alemã
Carne (Dieta)		Bife à Portuguesa grelhado c/ batata e salada		Salada de peito de pato na chapa c/ salada de folhas e laranja	Hambúrguer grelhado c/ arroz branco e limão
Sobremesa:	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce
	2ª Feira (19-11-2018)	3ª Feira (20-11-2018)	4ª Feira (21-11-2018)	5ª Feira (22-11-2018)	6ª Feira (23-11-2018)
Sopa:	Crema de Favas c/ Presunto	Crema de Marisco	Quesadilha c/ Guacamole	Crema Tetragoni	Crema de Lentilhas
Peixe:	Pastéis de Bacalhau			Lombo de peixe capricho	
Peixe (Dieta)	Bacalhau cozido c/ grão e ovo			Lombo de peixe capricho cozido a vapor	
Carne:		Cozido à Portuguesa	Chilli de carne à mexicana		Supremos de Frango Maryland
Carne (Dieta)		Cozido à Portuguesa s/ enchidos	Lombinho de porco grelhado c/ legumes		Supremos de Frango c/ tagliatelle e tomate assado c/ oregãos
Sobremesa:	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce
	2ª Feira (26-11-2018)	3ª Feira (27-11-2018)	4ª Feira (28-11-2018)	5ª Feira (29-11-2018)	6ª Feira (30-11-2018)
Sopa:	Crema Belmonte	Crema de Tomate Saloio	Crema de Pimentos	Crema de Brócolos	Crepes Gratinados
Peixe:	Bacalhau à Zé do Pipo		Medalhões de peixe à Florentina		
Peixe (Dieta)	Peixe cozido em court-bouillon		Peixe escalfado c/ Legumes		
Carne:		Alcatra de Novilho		Pizza de Charcutaria	Coq-au-vin
Carne (Dieta)		Carne de Vaca cozida c/ Legumes cozidos		Salada de Cous Cous e outros hortícolas	Blanquette de frango
Sobremesa:	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce	Fruta Variada ou Doce

- As ementas de dieta para o mês de novembro devem ser marcadas durante a semana de 22 a 26 de outubro de 2018.