

# EMENTA

## MARÇO 2020

	2ª Feira (02-03-2020)	3ª Feira (03-03-2020)	4ª Feira (04-03-2020)	5ª Feira (05-03-2020)	6ª Feira (06-03-2020)
<b>Sopa:</b>	Creme Crécy	Creme de Alho Francês	Creme de Legumes	Sopa de Batata Doce à moda da Madeira	Sopa de Coelho c/ Feijão Branco
<b>Peixe:</b>	Polvo guisado c/ puré de batata	Fritada mista de peixe com arroz de ervilhas e cenoura			
<b>Peixe (Dieta)</b>	Polvo na chapa c/ batata a murro	Peixe grelhado c/ legumes cozidos		Misto de legumes grelhado	
<b>Carne:</b>			Cachupa	Omelete de fiambre e queijo c/ batata frita e salada	Chanfana à moda de Coimbra
<b>Carne (Dieta)</b>			Peito de frango a vapor		Bife de novilho grelhado
<b>Sobremesa:</b>	Fruta Variada	Fruta Variada	Fruta Variada	Fruta variada	Fruta variada
	2ª Feira (09-03-2020)	3ª Feira (10-03-2020)	4ª Feira (11-03-2020)	5ª Feira (12-03-2020)	6ª Feira (13-03-2020)
<b>Sopa:</b>	Creme San German	Creme de Abóbora c/ Pimentos e Sementes de Girassol	Canja de Galinha à Terceirense	Sopa de peixe à Ribatejana	Creme de Feijão c/ Funcho
<b>Peixe:</b>	Bacalhau aveludado c/ repolho		Açorda de marisco		Arroz de tomate c/ chicharrinho frito
<b>Peixe (Dieta)</b>	Bacalhau cozido c/ todos		Bicuda grelhada		Bife de atum grelhado
<b>Carne:</b>		Peito de frango c/ tagliatelle e tomate grelhado		Bifinhos de vaca à regional à moda de S. Miguel	
<b>Carne (Dieta)</b>		Peito de frango c/ tagliatelle e tomate grelhado		Bifinhos de vaca grelhados	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta Variada	Fruta Variada	Fruta Variada	Fruta Variada	Fruta Variada
	2ª Feira (16-03-2020)	3ª Feira (17-03-2020)	4ª Feira (18-03-2020)	5ª Feira (19-03-2020)	6ª Feira (20-03-2020)
<b>Sopa:</b>	Creme Dubarry	Sopa Belmonte	Creme de Espinafres	Sopa de Alheiras	Pezinhos de Coentrada
<b>Peixe:</b>		Gojons de peixe Orly			
<b>Peixe (Dieta)</b>		Boca negra grelhada			Boca negra cozido c/ legumes
<b>Carne:</b>	Frango assado c/ batata frita		Chili à mexicana	Lombo de porco à moda de Viana c/ migas à portuguesa	Tortilha à espanhola
<b>Carne (Dieta)</b>	Frango assado c/ legumes cozidos		Carne de vaca cozida c/ legumes cozidos	Lombo de porco cozido	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta Variada	Fruta Variada	Fruta Variada	Fruta Variada	Fruta Variada
	2ª Feira (23-03-2020)	3ª Feira (24-03-2020)	4ª Feira (25-03-2020)	5ª Feira (26-03-2020)	6ª Feira (27-03-2020)
<b>Sopa:</b>	Creme de Lentilhas	Creme de Batata Doce	Creme Saloio	Creme Vouga	Creme de Farripas de Ovo
<b>Peixe:</b>	Pataniscas de bacalhau c/ arroz de grelos		Calamares c/ arroz de tomate e pimentos		Espetada de frutos do mar
<b>Peixe (Dieta)</b>	Bacalhau grelhado		Boca negra cozida		Espetada de frutos do mar
<b>Carne:</b>		Bifana no pão c/ batata assada		Ensofado de borrego à moda de Reguengos	
<b>Carne (Dieta)</b>		Bifana grelhada no pão c/ legumes corados na chapa		Carne de borrego cozida	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta Variada	Fruta Variada	Fruta Variada	Fruta Variada	Fruta Variada

\*Ementa sujeita a alterações

# EMENTA

## MARÇO 2020

	2ª Feira (30-03-2020)	3ª Feira (31-03-2020)	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa:	Creme de Espinafres	Creme de Abóbora	-	-	-
Peixe:			-	-	-
Peixe (Dieta)	Salada Vegan		-	-	-
Carne:	Empadão de arroz c/ ragu de carne	Gigot de aves	-	-	-
Carne (Dieta)		Frango assado c/ legumes cozidos	-	-	-
Sobremesa:	Fruta Variada	Fruta Variada	-	-	-

[\\*Ementa sujeita a alterações](#)