

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de curgete e cenoura	
DIA	Prato	esparguete à bolonhesa	salada de couve roxa e milho
1	Sobremesa*	fruta da época	
3ª-feira	Sopa	de alho francês	
DIA	Prato	arroz de peixes	salada de alface
2	Sobremesa*	fruta da época ou iogurte de aromas	
4ª-feira	Sopa	creme de legumes	
DIA	Prato	feijoadà à portuguesa	forma de arroz branco
3	Sobremesa*	fruta da época	
5ª-feira	Sopa	caldo verde	
DIA	Prato	massa de atum	cenoura raspada
4	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
6ª-feira	Sopa	de grão-de-bico com couve coração	
DIA	Prato	frango estufado com ervilhas	puré de batata e tomate
5	Sobremesa*	fruta da época	

*nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor

Quando a Candelária (dia 2) chorar, o Inverno está a passar.



Escolas EB 1 e Jardins-de-Infância - 10

MUNICÍPIO DE SANTA COMBA DÃO

Semana de 8 a 12 de Fevereiro de 2016



DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	CARNAVAL	
DIA	Prato		
8	Sobremesa*		
3ª-feira	Sopa		
DIA	Prato		
9	Sobremesa*		
4ª-feira	Sopa	de nabo com couve coração	massa espiral e legumes
DIA	Prato		
11	Sobremesa*		
5ª-feira	Sopa	almôndegas estufadas	arroz branco e juliana de alface e cenoura
DIA	Prato		
12	Sobremesa*		
6ª-feira	Sopa	fruta da época	
DIA	Prato	creme de abóbora	
DIA	Prato	tesourinhos no forno	
12	Sobremesa*	fruta da época ou doce	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
*variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor



MUNICÍPIO DE SANTA COMBA DÃO

Semana de 15 a 19 de Fevereiro de 2016

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	creme de cenoura	
DIA	Prato	hamburguer no forno	arroz e gomos de tomate
15	Sobremesa*	fruta da época	
3ª-feira	Sopa	de vegetais	
DIA	Prato	saladinha de peixe com ovo	[cenoura e ervilhas]
16	Sobremesa*	fruta da época ou iogurte de aromas	
4ª-feira	Sopa	de grão-de-bico com espinafres	
DIA	Prato	frango estufado	arroz e feijão verde
17	Sobremesa*	fruta da época	
5ª-feira	Sopa	creme de couve flor	
DIA	Prato	massa com carne picada	salada mista
18	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
6ª-feira	Sopa	de nabo	
DIA	Prato	calamares	arroz de feijão vermelho e cenoura
19	Sobremesa*	fruta da época	

*nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor

Quando não chove em Fevereiro, nem prados nem centeio.

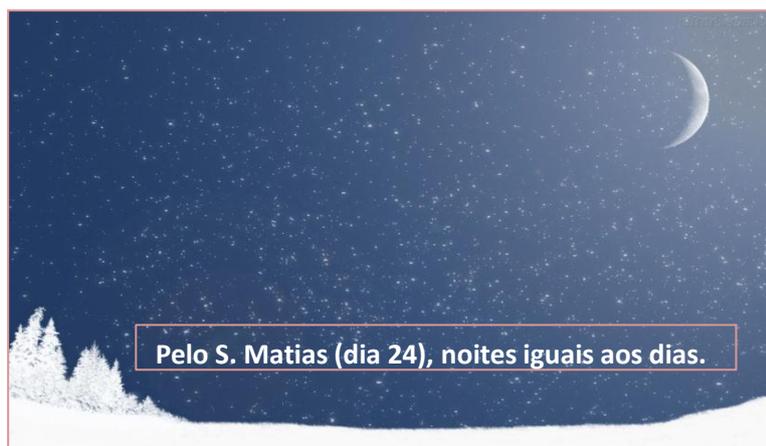


MUNICÍPIO DE SANTA COMBA DÃO

Semana de 22 a 26 de Fevereiro de 2016

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de espinafres	
DIA	Prato	massa de atum	tomate e milho
22	Sobremesa*	fruta da época	
3ª-feira	Sopa	de abóbora	
DIA	Prato	arroz de carnes à salsicheiro	[couve e cenoura]
23	Sobremesa*	fruta da época	
4ª-feira	Sopa	de canja com massinhas	
DIA	Prato	lombinhos de pescada gratinados	salada de batata e juliana de alface
24	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
5ª-feira	Sopa	de curgete com cenoura	
DIA	Prato	esparguete de frango	macedónia de legumes
25	Sobremesa*	fruta da época	
6ª-feira	Sopa	de feijão vermelho com vegetais	
DIA	Prato	pescada panada	arroz de couve
26	Sobremesa*	fruta da época ou doce	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
*variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor



MUNICÍPIO DE SANTA COMBA DÃO

Semana de 29 de Fevereiro a 4 de Março de 2016



DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de legumes	
DIA	Prato	esparguete à bolonesa	cenoura raspada
29	Sobremesa*	fruta da época	
3ª-feira	Sopa	creme de abóbora	
DIA	Prato	arroz de peixe	macedónia de legumes
1	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
4ª-feira	Sopa	de couve flor e cenoura	
DIA	Prato	massa de carnes à lavrador	[carne porco, chouriço, massa, feijão, couve lombarda e cenoura]
2	Sobremesa*	fruta da época	
5ª-feira	Sopa	de vegetais com feijão	
DIA	Prato	salsichas no forno	arroz alegre [jardineira de legumes] e alface
3	Sobremesa*	fruta da época	
6ª-feira	Sopa	creme de espinafres	
DIA	Prato	bacalhau à gomes de sá	salada de alface
4	Sobremesa*	fruta da época ou iogurte de aromas	

*nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor



29 de fevereiro é, nos anos bissextos, o 60.º dia do ano no calendário gregoriano.

Este dia apenas ocorre nos anos divisíveis por 4, como 2004, 2008, 2012, 2016 e 2020.

No entanto, nos anos que são divisíveis por 100 e não são divisíveis por 400, este dia não ocorre.

Deste modo os anos 1700, 1800 e 1900 não contém o dia 29 de fevereiro, enquanto que 1600 e 2000 contém.