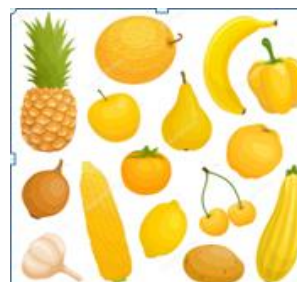


## MUNICÍPIO DE SANTA COMBA DÃO

Semana de 6 a 10 de Maio de 2019

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de feijão verde	
DIA	Prato	rissóis de atum no forno	arroz branco e salada de alface
6	Sobremesa*	fruta da época [banana]	
3ª-feira	Sopa	de couve lombarda	
DIA	Prato	pá de porco assada	esparquete e cenoura
7	Sobremesa*	fruta da época [maçã vermelha]	
4ª-feira	Sopa	de brócolos	
DIA	Prato	petinga	salada de feijão frade, batata e cenoura
8	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
5ª-feira	Sopa	creme de abóbora	
DIA	Prato	massa de frango com cenoura	
9	Sobremesa*	fruta da época [laranja]	
6ª-feira	Sopa	de com couve coração	
DIA	Prato	lombinhos de peixe	arroz branco e cenoura raspada
10	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



DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de legumes	
DIA	Prato	esparguete à bolonhesa	cenoura raspada
13	Sobremesa*	bolonhesa de soja	
		fruta da época [maçã amarela]	
3ª-feira	Sopa	creme de abóbora	
DIA	Prato	arroz de peixe	macedónia de legumes
14	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]
15	Sobremesa*	fruta da época [laranja]	
5ª-feira	Sopa	creme de vegetais	
DIA	Prato	bacalhau à gomes de sá	
16	Sobremesa*	fruta da época	
6ª-feira	Sopa	de grão-de-bico com couve	
DIA	Prato	salsichas no forno	arroz alegre [[jardineira de legumes] e alface
17	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*

### **15 de Maio - Dia Internacional da Família**

Declarado em 1993 pela Assembleia Geral das Nações Unidas, com o objectivo de que se reconheça o papel nuclear da família na sociedade e se incentive a adoção de medidas no sentido de melhorar a sua condição.



## MUNICÍPIO DE SANTA COMBA DÃO

Semana de 20 a 24 de Maio de 2019

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	<i>Sopa</i>	de curgete e cenoura	
DIA	<i>Prato</i>	tesourinhos de peixe no forno	arroz branco e salada de tomate e milho
20	<i>Sobremesa*</i>	fruta da época [banana]	
3ª-feira	<i>Sopa</i>	caldo verde	
DIA	<i>Prato</i>	massa de frango com ervilhas e cenoura	
21	<i>Sobremesa*</i>	fruta da época [maçã vermelha]	
4ª-feira	<i>Sopa</i>	creme de legumes	
DIA	<i>Prato</i>	atum com feijão frade	salada de batata e alface
22	<i>Sobremesa*</i>	fruta da época ou doce	
5ª-feira	<i>Sopa</i>	de alho francês	
DIA	<i>Prato</i>	pá de porco estufada	esparguete de tomate
23	<i>Sobremesa*</i>	fruta da época	
6ª-feira	<i>Sopa</i>	de grão-de-bico com couve coração	
DIA	<i>Prato</i>	pescada gratinada	arroz de ervilhas e juliana de alface
24	<i>Sobremesa*</i>	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*



DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira DIA 27	Sopa Prato Sobremesa*	de brócolos almôndegas estufadas fruta da época [maçã amarela]	arroz branco e cenoura raspada
3ª-feira DIA 28	Sopa Prato Sobremesa*	de couve coração saladinha de peixe com ovo fruta da época ou iogurte de aromas	juliana de alface
4ª-feira DIA 29	Sopa Prato Sobremesa*	de vegetais perna de frango assada fruta da época [laranja]	massa espiral e feijão verde
5ª-feira DIA 30	Sopa Prato Sobremesa*	canja com massinhas filetes gratinados fruta da época ou doce	arroz de couve e tomate
6ª-feira DIA 31	Sopa Prato Sobremesa*	creme de abóbora massa guisada com grão-de-bico e couve fruta da época [kiwi ou maçã vermelha]	[cenoura e couve lombarda]

*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*

**31 de Maio - Dia dos IRMÃOS**

"O que vivemos entre irmãos é único, irrepetível, molda a nossa vida para sempre".

Assembleia Geral da Confederação Europeia das Famílias Numerosas (ELFAC)

