

# EMENTA

## JULHO 2024

	2ª Feira (01-07-2024)	3ª Feira (02-07-2024)	4ª Feira (03-07-2024)	5ª Feira (04-07-2024)	6ª Feira (05-07-2024)
<b>Sopa:</b>	Creme de cenoura	Creme de ervilhas	Salada de feijão frade com atum	Creme de legumes	Caldo verde
<b>Peixe:</b>	-	Empadão de peixe com salada mista	-	-	Peixe à marinheira
<b>Peixe (Dieta)</b>	-	Boca negra grelhada	-	-	Lula limpa grelhada
<b>Carne:</b>	Emincée de peru com cornichons e arroz	-	Caril de frango com batata frita	Feijoada	-
<b>Carne (Dieta)</b>	Peito de frango na chapa	-	Frango assado	Costeletas de porco grelhadas	-
<b>Sobremesa:</b>	Fruta variada ou doce	Fruta variada ou doce	Fruta variada ou doce	Fruta variada ou doce	Fruta variada ou doce
	2ª Feira (08-07-2024)	3ª Feira (09-07-2024)	4ª Feira (10-07-2024)	5ª Feira (11-07-2024)	6ª Feira (12-07-2024)
<b>Sopa:</b>	Creme de feijão com castanhas	Creme de abóbora	Creme de cabeça de nabo	Creme de cenoura	-
<b>Peixe:</b>	Baguete com pasta de atum e batata frita	-	-	Calamares	-
<b>Peixe (Dieta)</b>	Bife de atum com salada niçoise	-	-	Lulas estufadas	-
<b>Carne:</b>	-	Esparguete à bolonhesa	Bifana no pão com batata frita	-	Churrasco misto no carvão com salada mista
<b>Carne (Dieta)</b>	-	Carne de vaca cozida	Bifana na chapa	-	-
<b>Sobremesa:</b>	Fruta variada ou doce	Fruta variada ou doce	Fruta variada ou doce	Fruta variada ou doce	Fruta variada e doces variados

\*Ementa sujeita a alterações

\*Refeição de dieta sujeita a marcação no início do ano letivo