



ASSOCIAÇÃO
SOCIAL
CULTURAL
RECREATIVA
CHORENTE

Ementa Semanal De 6 a 10 de novembro de 2023

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Feijão Vermelho	Douradinhos acompanhar arroz de cenoura  	Fruta da época
Terça-feira	Sopa de Nabos	Estrogonofe de frango acompanhar massa com cenoura e pimento 	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa de Couve-flor	Feijoada (feijão vermelho, cenoura, pimento vermelho, salsa) com arroz	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Espinafres	Abrotea assada no forno acompanhar massa 	Gelatina
Sexta-feira	Sopa de Bróculos	Rojões à moda do Minho acompanhar batata assada	Fruta da época

*Ementa sujeita a alterações

*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

LEGENDA:



GLÚTEN



CRUSTÁCEOS



OVOS



PEIXE



AMENDOÍM



SOJA



LEITE



FRUTOS DE CASCA RIJA



AIPO



MOSTARDA



SÉSAMO



SULFITOS



TREMOÇO



MOLUSCULOS



ASSOCIAÇÃO
SOCIAL
CULTURAL
RECREATIVA
CHORENTE

Ementa Semanal De 13 a 17 de novembro de 2023

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Espinafres	Coxa de frango estufada acompanhar massa, cenoura e pimento 	Fruta da época
Terça-feira	Sopa de Couve-flor	Batata à espanhola (pimento vermelho, cebola, alho francês, cenoura) 	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa de Couve- coração	Fêvera de porco salteada com legumes (cenoura, cebola, pimento vermelho, alho francês) acompanhar arroz	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Bróculos	Filete de frogonero acompanhar massa – Salada de alface  	Gelatina
Sexta-feira	Sopa de Alho Francês	Arroz à valenciana (com cenoura e ervilha)	Fruta da época

*Ementa sujeita a alterações

*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

LEGENDA:





ASSOCIAÇÃO
SOCIAL
CULTURAL
RECREATIVA
CHORENTE

Ementa Semanal De 20 a 24 de novembro de 2023

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Nabos	Red fish assado no forno acompanhar arroz – Salada de alface 	Fruta da época
Terça-feira	Sopa de Espinafres	Massa à lavrador (pimento vermelho, cenoura, grão de bico) 	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa de Brócolos	Coxinha de frango dourada acompanhar batata – Salada de alface	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Lentilhas	Pescada acompanhar arroz – salada de tomate 	Gelatina
Sexta-feira	Sopa de couve- lombarda	Massa à bolonhesa – Salada de alface 	Fruta da época

*Ementa sujeita a alterações

*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

LEGENDA:



GLÚTEN



CRUSTÁCEOS



OVOS



PEIXE



AMENDOÍM



SOJA



LEITE



FRUTOS
DE
CASCA
RIJA



AIPO



MOSTARDA



SÉSAMO



SULFITOS



TREMOÇO



MOLUSCULOS

Ementa Semanal

De 27 de novembro a 1 de dezembro de 2023

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Bróculos	Caldeirada de abrótea (cenoura, cebola, salsa) acompanhar arroz – salada de tomate 	Fruta da época
Terça-feira	Sopa de abobora e feijão branco	Almondegas com massa, cenoura e ervilhas 	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa de Couve galega	Arroz de pato (cenoura e pimento vermelho) – Salada de alface	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Nabijas	Salada de atum com feijão frade e ovo acompanhar batata  	Gelatina
Sexta-feira		FERIADO	

*Ementa sujeita a alterações

*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

LEGENDA:

