



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 4 a 8 de março de 2019

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Brócolos	Frango acompanhar massa com cenoura 	Maçã
Terça-feira		CARNAVAL	
Quarta-feira	Sopa de Espinafres	Bolinhos de bacalhau acompanhar arroz - Salada alface e tomate  	Pêra
Quinta-feira	Sopa de Nabos	Fêvera de porco acompanhar batata – Salada alface e cenoura   	Laranja
Sexta-feira	Sopa de couve-flor	Filete de pescada no forno acompanhar arroz – Salada alface e pepino  	Banana

*Ementa sujeita a alterações

*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

LEGENDA:





ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 11 a 15 março de 2019

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Couve-flor	Entrecosto com legumes acompanhar massa 	Pêra
Terça-feira	Sopa de Lentilhas	Red fish no forno acompanhar arroz de cenoura – Salada de alface   	Maçã
Quarta-feira	Sopa de Nabiça e Cenoura	Feijoada acompanhar arroz branco  	Laranja
Quinta-feira	Canja 	Coxinhas de frango acompanhar batata – Salada de alface 	Gelatina
Sexta-feira	Sopa de Brócolos	Esparguete com atum e ovo- Salada de alface e repolho    	Banana

*Ementa sujeita a alterações

*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

LEGENDA:



GLÚTEN



CRUSTÁCEOS



OVOS



PEIXE



AMENDOIM



SOJA



LEITE



FRUTOS
DE
CASCA
RIJA



AIPO



MOSTARDA



SÉSAMO



SULFITOS



TREMOÇO



MOLUSCULOS



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 18 a 22 março de 2019

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Couve-flor	Almondegas estufadas com cenoura, ervilhas e massa 	Maçã
Terça-feira	Sopa de Nabos	Rissóis de peixe acompanhar salada russa 	Laranja
Quarta-feira	Sopa de Feijão Vermelho	Costeleta de porco acompanhar arroz– Salada de cenoura e repolho 	Gelatina
Quinta-feira	Sopa de Lentilhas	Bifinhos de peru grelhado com molho de cogumelos acompanhar massa 	Pêra
Sexta-feira	Sopa de Espinafres	Abrotea assada acompanhar arroz – Salada de alface 	Banana

*Ementa sujeita a alterações

*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

LEGENDA:



GLÚTEN



CRUSTÁCEOS



OVOS



PEIXE



AMENDOIM



SOJA



LEITE



FRUTOS DE CASCA RIJA



AIPO



MOSTARDA



SÉSAMO



SULFITOS



TREMOÇO



MOLUSCULOS



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 25 a 29 março de 2019

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Brócolos	Frango estufado acompanhar massa– Salada de alface  	Maçã
Terça-feira	Sopa de Espinafres	Salada de atum com feijão frade e ovo acompanhar arroz   	Laranja
Quarta-feira	Sopa de Couve galega	Massa à bolonhesa – Salada de alface  	Pêra
Quinta-feira	Sopa de Nabos	Rojões acompanhar batata assada – Salada alface, cenoura e cogumelos  	Gelatina
Sexta-feira	Sopa de Alho Francês	Filete de fogueiro assado no forno acompanhar arroz – Salada de alface e pepino  	Banana

*Ementa sujeita a alterações

*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

LEGENDA:

