



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 6 a 10 de janeiro de 2020

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Brócolos	Pá de porco no forno acompanhar massa – Salada alface 	Fruta da época
Terça-feira	Sopa de Alho Francês	Filete de cavala no forno acompanhar arroz – Salada de alface 	Gelatina
Quarta-feira	Sopa de Espinafres	Frango dourado acompanhar massa, cenoura e ervilha 	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Nabos	Red fish acompanhar batata estufada – Salada alface e tomate 	Fruta da época
Sexta-feira	Sopa de couve-flor	Feijoada à transmontana acompanhar arroz branco	Fruta da época

*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	MOLUSCOS



ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVA DE CHORENTE

Ementa Semanal De 13 a 17 de janeiro de 2020

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Couve-flor	Almondegas de vaca estufadas acompanhar massa – Salada alface 	Fruta da época
Terça-feira	Sopa de Lentilhas	Atum com feijão frade e ovo acompanhar arroz 	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa de Nabiça e Cenoura	Lombo de porco no forno acompanhar massa – Salada de alface 	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Brócolos	Caldeirada de peixes com pimento e cenoura acompanhar arroz 	Fruta da época
Sexta-feira	Canja 	Frango estufado com batata, cenoura e ervilha	Fruta da época

*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 20 a 24 de janeiro de 2020

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Couve-flor	Douradinhos no forno acompanhar arroz – Salada de alface e tomate  	Fruta da época
Terça-feira	Sopa de Nabos	Rancho 	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa de Feijão Vermelho	Rojões acompanhar batata– Salada de alface  	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Espinafres	Filetes de cavala no forno acompanhar massa – Salada de alface  	Fruta da época
Sexta-feira	Sopa de Lentilhas	Arroz de pato – Salada de alface 	Fruta da época

*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 27 a 31 de janeiro de 2020

	Sopa	Prato	Sobremesa
Segunda-feira	Sopa de Nabos	Bolinhos de bacalhau acompanhar arroz de feijão 	Fruta da época
Terça-feira	Sopa de Alho Francês	Pá de porco no forno acompanhar massa – Salada de alface	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa de Brócolos	Frango estufado com cenoura e ervilha acompanhar batata  	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa de Espinafres	Caldeirada de pescada com pimento e cenoura acompanhar arroz 	Gelatina
Sexta-feira	Sopa de couve-flor	Arroz à valenciana 	Fruta da época

*Ementa sujeita a alterações

*Refeições acompanhadas de pão de mistura  e água

LEGENDA:

													
GLÚTEN	CRUSTÁCEOS	OVOS	PEIXE	AMENDOIM	SOJA	LEITE	FRUTOS DE CASCA RJA	AIPO	MOSTARDA	SÉSAMO	SULFITOS	TREMOÇO	MOLUSCULOS