



EMENTA



Centro Social e Cultural de Barroelas

Semana: 12.10.2020 a 16.10.2020

Dias da Semana	Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira
Refeições					
Reforço da Manhã	Leite com cevada Pão com manteiga	Leite com cevada Pão com manteiga	Leite com cevada Pão com manteiga	Leite com cevada Pão com manteiga	Leite com cevada Pão com manteiga
Almoço	Sopa abóbora com feijão verde Prato calamares com arroz de legumes Sobremesa maçã Bebida água	Sopa puré de abóbora com massinhas Prato roti de Perú assado com massa salada de feijão verde Sobremesa Sobremesa melo Bebida água	Sopa feijão e hortaliça Prato perca de cebolada com batata e cenoura cozida Sobremesa banana Bebida água	Sopa feijão vermelho com couve coração Prato empadão de arroz legumes cozidos Sobremesa maçã Bebida água	Sopa nabiças Prato massa de peixe com delícias do mar salada de feijão verde Sobremesa pêra Bebida água
Lanche	Leite com cevada Pão com marmelada fruta	Iogurte de aromas Pão com manteiga fruta	Leite com cevada Pão com queijo fruta	Iogurte de aromas Pão com doce fruta	leite com cevada Pão com manteiga fruta

Nota: Ementa sujeita a alterações.