



*Externato
O Cantinho*

DEZEMBRO

DIA DO MÊS	SOPA	PRATO PRINCIPAL	SOBREMESA
Segunda-Feira, 3	Nabiça	Carne Assada c/ Esparguete	Fruta da Época
Terça-Feira, 4	Feijão Verde	Carne à Bolonhesa	Fruta da Época
Quarta-Feira, 5	Creme de Cenoura	Bifinhos c/ Cogumelos	Fruta da Época
Quinta-Feira, 6	Feijão c/ Hortaliça	Peixe Cozido c/ Cenoura Ralada e Milho	Gelatina
Sexta-Feira, 7	Canja de Galinha	Frango Guizado c/ Esparguete	Fruta da Época
Segunda-Feira, 10	Creme de Curgetes	Filetes de Pescada c/ Arroz de Tomate	Fruta da Época
Terça-Feira, 11	Creme de Bróculos	Ovos Mexidos c/ Fiambre	Fruta da Época
Quarta-Feira, 12	Alho Francês e Abóbora	Bifinhos c/ Cogumelos	Fruta da Época
Quinta-Feira, 13	Feijão c/ Hortaliça	Pescada à Brás	Salada de Fruta
Sexta-Feira, 14	Creme de Curgetes	Peito de Perú Assado	Fruta da Época
Segunda-Feira, 17	Creme de Espinafres	Douradinhos c/ Arroz de Cenoura	Fruta da Época
Terça-Feira, 18	Feijão Verde	Frango Guizado c/ Esparguete	Fruta da Época
Quarta-Feira, 19	Nabiças	Bifinhos c/ Cogumelos	Fruta da Época
Quinta-Feira, 20	Feijão c/ Hortaliça	Peixe Cozido c/ Cenoura Ralada e Milho	Salada de Fruta
Sexta-Feira, 21	Creme de Curgetes	Carne à Bolonhesa	Fruta da Época
Segunda-Feira, 24	ENCERRADO		
Terça-Feira, 25	FERIADO		
Quarta-Feira, 26	ENCERRADO		
Quinta-Feira, 27	Feijão Verde	Pescada à Gomes de Sá	Fruta da Época
Sexta-Feira, 28	Nabiças	Empadão de Carne	Fruta da Época
Segunda-Feira, 31	Creme de Curgetes	Filetes de Pescada	Fruta da Época
LANCHE	Leite Branco ou c/ Chocolate, Iogurte ou Fruta. Pão c/ Manteiga, Doce ou Queijo		
Todos os Pratos são acompanhados de Salada (Alface, Tomate e Pepino)			
<i>Nota: A Ementa descrita poderá estar sujeita a eventuais alterações</i>			