



OUTUBRO

DIA DO MÊS	SOPA	PRATO PRINCIPAL	SOBREMESA
Sexta-Feira, 1	Canja de Galinha do Campo	Frango Guizado c/ Esparguete	Fruta da Época
Segunda-Feira, 4	Feijão Verde	Filetes de Pescada c/ Arroz de Cenoura	Fruta da Época
Terça-Feira, 5	Creme de Abóbora e Alho Francês	Rolo de Carne c/ Esparguete	Fruta da Época
Quarta-Feira, 6	Creme de Cenoura	Bifinhos de Peru c/ Cogumelos e Arroz Branco	Fruta da Época
Quinta-Feira, 7	Feijão com Espinafres	Pescada à Brás	Gelatina
Sexta-Feira, 8	Nabiças	Empadão de Carne	Fruta da Época
Segunda-Feira, 11	Creme de Espinafres	Douradinhos c/ Arroz de Cenoura	Fruta de Época
Terça-Feira, 12	Creme de Abóbora e Alho Francês	Carne Assada c/ Esparguete	Fruta de Época
Quarta-Feira, 13	Nabiças	Bifinhos de Peru c/ Cogumelos e Arroz Branco	Fruta de Época
Quinta-Feira, 14	Creme de Cenoura	Peixe Cozido c/ Batata, Cenoura Ralada e Milho	Fruta de Época
Sexta-Feira, 15	Creme de Courgetes	Carne à Bolonhesa	Fruta de Época
Segunda-Feira, 18	Creme de Cenoura	Medalhões de Pescada no Forno	Fruta de Época
Terça-Feira, 19	Creme de Bróculos	Ovos Mexidos c/ Fiambre	Banana
Quarta-Feira, 20	Creme de Abóbora e Alho Francês	Peru Guizado c/ Massa	Fruta de Época
Quinta-Feira, 21	Feijão Verde	Peixe Cozido c/ Batata, Cenoura Ralada e Milho	Fruta de Época
Sexta-Feira, 22	Nabiças	Empadão de Carne	Fruta de Época
Segunda-Feira, 25	Creme de Cenoura	Fofinhos c/ Arroz de Tomate	Fruta de Época
Terça-Feira, 26	Creme de Bróculos	Carne à Bolonhesa	Fruta de Época
Quarta-Feira, 27	Creme de Abóbora e Alho Francês	Bifinhos de Peru c/ Cogumelos e Arroz Branco	Fruta de Época
Quinta-Feira, 28	Feijão Verde	Massada de Peixe	Gelatina
Sexta-Feira, 29	Creme de Espinafres	Rolo de Carne c/ Esparguete	Fruta da Época
LANCHE	Leite Branco ou com Chocolate, iogurte ou Fruta. Pão com Manteiga, Doce ou Queijo		
Todas as Segundas Feiras há Feijão Frade cozido			
Todos os Pratos são acompanhados de Salada (Alface, Tomate e Pepino)			
<i>Nota: A Ementa descrita poderá estar sujeita a eventuais alterações</i>			