

SEMANA I

De 08 a 12 de Novembro de 2010

Catering

2ª Feira

SOPA	Alho francês
PRATO	Frango assado, massa espiral e cenoura cozida
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

3ª Feira

SOPA	Puré de cenoura com massinhas
PRATO	Empadão de atum e salada de Alface
SOBREMESA	Iogurte de Aromas
PÃO	Mistura

4ª Feira

SOPA	Feijão branco e nabiça
PRATO	Ervilhas Guisadas com Carne de Porco aos cubos, Arroz Branco e Cenoura cozida
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

5ª Feira

Dia de São Martinho	
SOPA	Caldo verde (E)
PRATO	Carne de porco assada com castanhas, arroz branco e salada de alface
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

6ª Feira

SOPA	Primavera
PRATO	Almôndegas estufadas, Esparguete e Salada de alface
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

SEMANA II

De 15 a 19 de Novembro de 2010

Catering

2ª Feira

SOPA	Puré de abóbora com alho francês
PRATO	Pescada frita, arroz de cenoura e feijão verde cozido
SOBREMESA	Iogurte de Aromas
PÃO	Mistura

3ª Feira

SOPA	Agrião
PRATO	Perna de peru assada, macarrão, ervilhas e milho salteado
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

4ª Feira

SOPA	Puré de grão com espinafres
PRATO	Bacalhau espiritual (puré de batata, cenoura ralada e cebolada de bacalhau) e salada de alface
SOBREMESA	Pudim
PÃO	Mistura

5ª Feira

SOPA	Macedónia
PRATO	Carne de porco estufada aos cubos com feijão, lombardo, cenoura e esparguete
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

6ª Feira

SOPA	Feijão verde
PRATO	Lombos de perca assados com tomate, arroz branco e legumes cozidos
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

SEMANA III

De 11 a 15 de Outubro de 2010

Catering

2ª Feira

SOPA	Juliana
PRATO	Empadão de carne e salada de alface
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

3ª Feira

SOPA	Puré de legumes
PRATO	Pasteis de bacalhau com arroz de tomate e feijão verde salteado
SOBREMESA	Iogurte de aromas
PÃO	Mistura

4ª Feira

SOPA	Feijão com hortalíça
PRATO	Supremos de frango estufados com legumes (cenoura, ervilha) e esparguete
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

5ª Feira

SOPA	Puré de abóbora com feijão verde
PRATO	Abrótea no forno com batata assada e brócolos
SOBREMESA	Gelatina
PÃO	Mistura

6ª Feira

Dia Mundial da Alimentação	
SOPA	Abóbora e couve coração
PRATO	Frango assado com massa primavera
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

SEMANA IV

De 18 a 22 de Outubro de 2010

Catering

2ª Feira

SOPA	Creme de espinafres
PRATO	Douradinhos com arroz de Tomate e Salada de alface
SOBREMESA	Iogurte de Aromas
PÃO	Mistura

3ª Feira

SOPA	Primavera
PRATO	Bife de Peru grelhado e massa primavera
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

4ª Feira

SOPA	Creme de Cenoura
PRATO	Salada de grão de bico com bacalhau, ovo e cenoura cozida
SOBREMESA	Doce
PÃO	Mistura

5ª Feira

SOPA	Horta
PRATO	Carne à Bolonhesa (carne vaca picada estudada com tomate), esparguete e cenoura cozida aos cubos
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

6ª Feira

SOPA	Caldo verde
PRATO	Pescada de cebolada, batata assada e legumes cozidos
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

SEMANA V

De 25 a 29 de Outubro de 2010

Catering

2ª Feira

SOPA	Couve branca com cenoura
PRATO	Hambúrguer de carne grelhado, molho tomate e cogumelos, esparguete e salada de alface
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

3ª Feira

SOPA	Feijão com hortaliça
PRATO	Filetes de Pescada no forno, arroz de cenoura, ervilhas e milho cozidos
SOBREMESA	Iogurte de Aromas
PÃO	Mistura

4ª Feira

SOPA	Macedónia
PRATO	Frango corado, massa espiral e salada de alface
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

5ª Feira

SOPA	Alho francês
PRATO	Arroz de atum e feijão verde cozido
SOBREMESA	Gelatina
PÃO	Mistura

6ª Feira

SOPA	Puré de abóbora com massinhas
PRATO	Carne de porco, frango, chouriço, couve lombardo, macarrão, grão e cenoura
SOBREMESA	Fruta
PÃO	Mistura

SEMANA VI

De 01 a 05 de Novembro de 2010

Catering

2ª Feira

<i>SOPA</i>	
<i>PRATO</i>	Feriado
<i>SOBREMESA</i>	
<i>PÃO</i>	

3ª Feira

<i>SOPA</i>	Nabiças
<i>PRATO</i>	Arroz de Aves (Frango) e salada
<i>SOBREMESA</i>	Fruta
<i>PÃO</i>	Mistura

4ª Feira

<i>SOPA</i>	Puré de abóbora com feijão verde
<i>PRATO</i>	Feijoada de chocos, arroz branco e salada de tomate
<i>SOBREMESA</i>	Iogurte de aromas
<i>PÃO</i>	Mistura

5ª Feira

<i>SOPA</i>	Hortaliga
<i>PRATO</i>	Tirinhas de porco estufadas com tomate e cogumelos, esparguete e brócolos cozidos
<i>SOBREMESA</i>	Fruta
<i>PÃO</i>	Mistura

6ª Feira

<i>SOPA</i>	Puré de grão com cenoura aos cubinhos
<i>PRATO</i>	Empadão de bacalhau (puré de batata, bacalhau e cebolada) e salada de alface
<i>SOBREMESA</i>	Pudim
<i>PÃO</i>	Mistura