

Ementa Cantinas – Fevereiro

Dia 1 Fevereiro

Almoço – Creme de ervilhas; Perca grelhada com batata

Jantar - Sopa de nabos; Frango com massa

Dia 2 Fevereiro

Almoço - Sopa juliana; Entrecosto de porco com arroz

Jantar - Sopa de penca; Abrótea com batata

Dia 5 Fevereiro

Almoço - Sopa de brócolos; Rojões com batata

Jantar - Sopa de couve-branca; Frango com caril e arroz

Dia 6 Fevereiro

Almoço - Creme de feijão; Abrótea assada com puré

Jantar - Creme de tomate; Espetada de vitelão com arroz

Dia 7 Fevereiro

Almoço - Sopa de nabiças; Frango assado com massa

Jantar - Sopa de alho francês; Badejo grelhado com batata

Dia 8 Fevereiro

Almoço - Sopa de grão; Tentáculos de pota com arroz

Jantar - Sopa de feijão-verde; Carne à Brás

Dia 09 Fevereiro

Almoço - Creme de legumes; Bife de peru com arroz

Jantar - Sopa de espinafres; Massa gratinada com atum

Dia 12 Fevereiro

Almoço - Creme de abóbora; Medalhões de pescada com batata

Jantar - Sopa juliana; Gratinado de aves

Dia 13 Fevereiro

Almoço - Sopa de couve-flor; Peru assado com arroz

Jantar - Creme de cenoura; Caldeirada do mar

Dia 14 Fevereiro

Almoço - Sopa de feijão; Salmão com batata

Jantar - Sopa de nabiças; Bife de frango com massa

Dia 15 Fevereiro

Almoço - Sopa camponesa; Lasanha

Jantar - Sopa de grão; Espetada de porco com arroz

Dia 16 Fevereiro

Almoço - Sopa de feijão; Frango assado com arroz

Jantar - Sopa de legumes; Raia dourada com batata

Dia 19 Fevereiro

Almoço - Sopa de alho francês; Carne de vaca com massa

Jantar - Creme de ervilhas; Frango à espanhola

Dia 20 Fevereiro

Almoço - Sopa de feijão; Pescada assada com batata

Jantar - Sopa de penca; Rancho

Dia 21 Fevereiro

Almoço - Sopa de feijão; Bife de frango com arroz

Jantar - Sopa de espinafres; Peixe à Gomes de Sá

Dia 22 Fevereiro

Almoço - Sopa de couve-branca; Tentáculos de pota com batata

Jantar - Sopa de grão; Naco de porco com massa

Dia 23 Fevereiro

Almoço - Sopa de feijão-verde; Frango assado com batata

Jantar - Sopa de curgete; Badejo assado com arroz

Dia 26 Fevereiro

Almoço - Creme de legumes; Atum grelhado com batata

Jantar - Sopa de feijão-verde; Panado de frango com massa

Dia 27 Fevereiro

Almoço - Sopa de couve-flor; Massa à bolonhesa

Jantar - Sopa de abóbora; Feijoada do mar

Dia 28 Fevereiro

Almoço - Sopa de grão; Pescada à Provençal com puré

Jantar - Sopa de brócolos; Jardineira de carnes com arroz