

**COMANDO DE PESSOAL****UNIDADE DE APOIO****EMENTA**

SEGUNDA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, M
		Creme de Ervilhas
		Arroz de Frango à Lafões
		Arroz de Frango à Lafões
18/Oct		
		Pataniscas de Bacalhau c/ Arroz de Feijão
TERÇA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, M
		Aldeã
		Salmão Assado c/ Batata e Brócolos
		Salmão Assado c/ Batata e Brócolos
19/Oct		
		Coelho Estufado c/ Arroz Branco
QUARTA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, M
		Camponesa
		Cozido à Portuguesa
		Frango Cozido c/ Arroz
20/Oct		
		Bife de Perú Grelhado c/ Massa Laços
QUINTA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, M
		Feijão c/ hortaliça
		Bacalhau Assado c/ Batata e Salada
		Bacalhau Assado c/ Batata e Salada
21/Oct		
		Frango Corado c/ Arroz e Batata Frita
SEXTA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, M
		Courgete e Cenoura
		Amarelo de Carne c/ Salada
		Carne de Vaca Estufada Simples c/ Salada

22/Oct		
		Bifinhos de Porco c/ Esparguete
SÁBADO		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, l
		Caldo Verde
		Frango Assado c/ Arroz Alegre e Batata Frita
23/Oct		
		Medalhões de Porco c/ Ananás
DOMINGO		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, l
		Creme de Legumes
		Bife de Perú Grelhado c/ Esparguete
24/Oct		
		Bife de Atum de Cebolada c/ Batata
O CMDT UNIDADE DE APOIO		
ILÍDIO JOÃO CARDOSO ABELHA		
COR INF		