



COMANDO DE PESSOAL

UNIDADE DE APOIO

EMENTA

SEGUNDA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, Marmelo
		Tomate
		Pescada à Bráz
		Pescada cozida c/ batata e legumes
29/Aug		
		Frango à Fricassé
TERÇA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, Marmelo
		Feijão Verde
		Alheira c/ Batata à Murro e Legumes
		Bife de Frango Grelhado c/ Arroz
30/Aug		
		Bacalhau à Gomes de Sá
QUARTA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, Marmelo
		Courgete e Abóbora
		Lulas Estufadas c/ Arroz e Salada
		Lulas Estufadas c/ Arroz e Salada
31/Aug		
		Medalhões de Porco c/ ananás
QUINTA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, Marmelo
		Broculos
		Arroz de Frango à Lafões
		Frango Cozido c/ Arroz
1/Sep		
		Omelete Camarão c/ Arroz de legumes
SEXTA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, Marmelo
		Grão c/ couve
		Tibornada de Bacalhau
		Bacalhau Cozido c/ Batata Cozida

2/Sep		
		Bifinhos de Frango Grelhados c/ Cogumelos e Arroz
SÁBADO		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, l
		Couve Flor
		Bifana c/ molho de mostarda e arroz
3/Sep		
		Massa Gratinada c/ Atum
DOMINGO		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, l
		Camponesa
		Polvo à Lagareiro
4/Sep		
		Coelho Estufado c/ Arroz Branco
Comandante em suplência		

José Carlos Pires Batista		
TCor Inf		