

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

SEGUNDA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, M
		Creme de Ervilhas
		Carne de Vaca Estufada à Camponesa c/ Arroz
		Carne de Vaca Estufada à Camponesa c/ Arroz
22/Nov		
		Dourada Assada c/ Batata e Salada
TERÇA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, M
		Aldeã
		Arroz de Pato c/ Salada
		Arroz de Pato c/ Salada
23/Nov		
		Bolenhesa de Atum c/ Legumes
QUARTA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, M
		Camponesa
		Frango Corado c/ Arroz Alegre e Salada
		Frango Corado c/ Arroz Alegre e Salada
24/Nov		
		Corvina Assada c/ Batata e Salada
QUINTA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, M
		Feijão c/ hortaliça
		Jardineira de Porco
		Febras Grelhadas c/ Arroz
25/Nov		
		Salmão Grelhado c/ Batata
SEXTA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, M
		Courgete e Cenoura
		Pescada à Francesa c/ Arroz de Tomate
		Pescada Cozida c/ Batata

26/Nov		
		Bacalhau Cozido c/ Batata e Couve
SÁBADO		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, l
		Caldo Verde
		Perna de Perú Assada c/ Batata Corada
27/Nov		
		Frango Assado c/ Arroz
DOMINGO		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, l
		Creme de Legumes
		Robalo Grelhado c/ Batata e Bróculos
28/Nov		
		Carne de Porco Guisada à Alexandrina
O CMDT UNIDADE DE APOIO		
<hr/>		
<hr/>		
ILÍDIO JOÃO CARDOSO ABELHA		
COR INF		