

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

<b>SEGUNDA-FEIRA</b>		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, C
		Curgete e Cenoura
		Choquinhos à Lagareiro
		Choquinhos à Lagareiro
20/Oct		
		Bife de Frango Grelhado c/ Massa
<b>TERÇA-FEIRA</b>		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, C
		Aldeã
		Perna de Perú Corada c/ Batata e Esparregado
		Perna de Perú Corada c/ Batata e Esparregado
21/Oct		
		Robalo Assado c/ Batata e Salada
<b>QUARTA-FEIRA</b>		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, C
		Camponesa
		Bacalhau à Gomes de Sá
		Bacalhau à Gomes de Sá
22/Oct		
		Strogonoff de Porco c/ Arroz Branco
<b>QUINTA-FEIRA</b>		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga
		Alho Francês
		Frango Corado c/ Arroz de Ervilhas e Cenoura
		Frango Corado c/ Arroz de Ervilhas e Cenoura
23/Oct		
		Lulas Estufadas c/ Arroz Branco
<b>SEXTA-FEIRA</b>		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga
		Juliana
		Bife de Frango Grelhado c/ Arroz Alegre e Salada
		Bife de Frango Grelhado c/ Arroz Alegre e Salada

24/Oct		
		Bifanas c/ Molho de Mostarda e Arroz
SÁBADO		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga
		Grão c/ Couve Portuguesa
		Feijoada à Transmontana
25/Oct		
		Bife de Atum de Cebolada c/ Batata Cozida
DOMINGO		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga
		Creme de Couve Flor
		Lombos de Perca c/ Brôa e Legumes Salteados
26/Oct		
		Frango de Caril c/ Arroz
O CMDT UNIDADE DE APOIO		
ILÍDIO JOÃO CARDOSO ABELHA		
COR INF		