



COMANDO DE PESSOAL

UNIDADE DE APOIO

EMENTA

SEGUNDA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, Marmelo
		Tomate
		Pescada à Brás c/ Salada
		Pescada Cozida c/ Batata e Salada
4/Jul		
		Frango Fricasse
TERÇA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, Marmelo
		Feijão Verde
		Alheira c/ Batata à Murro e Salteado de Legumes
		Bife de Frango Grelhado c/ Arroz
5/Jul		
		Bacalhau à Gomes de Sá
QUARTA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, Marmelo
		Courgete e Abóbora
		Caril de Lulas
		Lulas cozidas c/ Arroz
6/Jul		
		Medalhões de Porco c/ Ananás
QUINTA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, Marmelo
		Brócolos
		Arroz de Frango à Lafões
		Frango Cozido c/ Arroz
7/Jul		
		Omelete de Camarão c/ Arroz de Ervilhas
SEXTA-FEIRA		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, Marmelo
		Feijão c/ Hortaliça
		Tibornada de Bacalhau
		Bacalhau cozido c/ Batata e Salada

8/Jul		
		Bifinhos de Frango Grelhados c/ Cogumelos e Arroz
SÁBADO		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, l
		Couve Flor
		Bifanas c/ Molho de Mostarda e Arroz
9/Jul		
		Salada Russa de Atum
DOMINGO		Leite, Café, Chá, Muesli, Corn Flakes, Queijo, Fiambre, Paio, Doce, Manteiga, l
		Legumes
		Polvo à Lagareiro
10/Jul		
		Coelho Estufado c/ Arroz Branco
O CMDT UNIDADE DE APOIO		
Cor Inf		