

# CM de Condeixa



Ementa de 31 de Outubro a 04 de Novembro de 2016



2<sup>a</sup>

**Sopa** Couve flor  
**Prato** Almondegas mistas estufadas com molho de cenoura, ervilha e puré de batata

**Sobremesa** Fruta

3<sup>a</sup>

**Sopa**  
**Prato** Feriado

**Sobremesa**

4<sup>a</sup>

**Sopa** Canja  
**Prato** Salada de atum com legumes (arroz, cenoura, feijão verde e milho)

**Sobremesa** Gelatina

5<sup>a</sup>

**Sopa** Grão com alho francês  
**Prato** Frango estufado com esparguete e salada mista de alface e beterraba

**Sobremesa** Fruta

6<sup>a</sup>

**Sopa** Lombardo com cenoura  
**Prato** Lombinhos de pescada com arroz de ervilhas e salada de alface e cenoura em juliana

**Sobremesa** Fruta



Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se, junto à nossa equipa.  
*Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante*  
A ementa poderá sofrer alterações por motivos não previstos

**Por uma vida mais saudável**

# CM de Condeixa



Ementa de 7 a 11 de Novembro de 2016

2<sup>a</sup>

- Sopa** Couve flor com cenoura
- Prato** Hambúrguer misto no forno com massa esparguete, cenoura e beterraba ralada
- Sobremesa** Fruta

3<sup>a</sup>

- Sopa** Juliana de couve
- Prato** Salada do mar (pescada, delícias do mar, milho, cenoura, ervilhas e batata aos quartos)
- Sobremesa** Gelatina

4<sup>a</sup>

- Sopa** Creme de abóbora
- Prato** Feijoada com legumes e arroz branco (carne de porco, feijão catarino, cenoura e couve lombarda)
- Sobremesa** Fruta

5<sup>a</sup>

- Sopa** Vegetais
- Prato** Filetes de peixe dourados com arroz de cenoura e salada de alface
- Sobremesa** Fruta

6<sup>a</sup>

- Sopa** Ervilhas
- Prato** Lombo de porco assado com molho de castanhas, esparguete e salada de alface e cenoura
- Sobremesa** Pudim



Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se, junto à nossa equipa.  
*Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante*  
A ementa poderá sofrer alterações por motivos não previstos

**Por uma vida mais saudável**

# CM de Condeixa



Ementa de 14 a 18 de Novembro de 2016



2<sup>a</sup>

- Sopa** Feijão verde
- Prato** Massa espiral tricolor com ovo mexido, salsicha, ervilha, cenoura e milho
- Sobremesa** Fruta

3<sup>a</sup>

- Sopa** Grão com cenoura
- Prato** Pescada cozida, com batata, cenoura e feijão verde
- Sobremesa** Iogurte de aromas

4<sup>a</sup>

- Sopa** Brócolos
- Prato** Peru estufado com macarronete, cenoura e couve em juliana
- Sobremesa** Fruta

5<sup>a</sup>

- Sopa** Couve portuguesa
- Prato** Salada de atum com feijão-frade, ervilha, milho, cenoura e arroz
- Sobremesa** Fruta

6<sup>a</sup>

- Sopa** Feijão branco com couve coração
- Prato** Frango assado no forno com puré de batata com salada de beterraba e cenoura ralada
- Sobremesa** Fruta



Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se, junto à nossa equipa.  
*Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante*  
A ementa poderá sofrer alterações por motivos não previstos

**Por uma vida mais saudável**

# CM de Condeixa



Ementa de 21 a 25 de Novembro de 2016



**2ª**

- Sopa** Macedónia de legumes
- Prato** Empadão de carne de vaca com salada de alface e beterraba
- Sobremesa** Fruta

**3ª**

- Sopa** Abóbora com massinhas
- Prato** Calamares com arroz de ervilhas, couve e cenoura
- Sobremesa** Gelatina

**4ª**

- Sopa** Alho francês
- Prato** Frango assado no forno com massa cotovelinhos e feijão verde
- Sobremesa** Fruta

**5ª**

- Sopa** Feijão seco com cenoura e couve
- Prato** Filetes de peixe no forno com arroz de cenoura e salada de alface
- Sobremesa** Fruta

**6ª**

- Sopa** Couve flor
- Prato** Carne de porco estufada à primaveril (ervilha e cenoura) com puré de batata
- Sobremesa** Fruta



Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se, junto à nossa equipa.

*Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante*

A ementa poderá sofrer alterações por motivos não previstos

**Por uma vida mais saudável**

# CM de Condeixa



**Ementa de 28 de Novembro a 02 de Dezembro de 2016**



**Sopa** Espinafres

**2ª**

**Prato** Bifinhos de porco com molho de cenoura, massa espiral e macedónia de legumes

**Sobremesa** Fruta

**Sopa** Feijão verde

**3ª**

**Prato** Filetes de pescada no forno com arroz de tomate e salada de beterraba

**Sobremesa** Iogurte de aromas

**Sopa** Creme de cenoura com courgette

**4ª**

**Prato** Massa à lavrador (cubinhos de porco, macarronete, cenoura, lombardo e feijão seco)

**Sobremesa** Fruta

**Sopa**

**5ª**

**Prato** Feriado

**Sobremesa**

**Sopa** Couve, cenoura e nabo

**6ª**

**Prato** Bacalhau à Gomes de Sá com salada de cenoura

**Sobremesa** Fruta



Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se, junto à nossa equipa.

*Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante*

A ementa poderá sofrer alterações por motivos não previstos

**Por uma vida mais saudável**