



**A.S.A.C.**

Associação Social de Avelãs de Caminho

**EMENTA SEMANAL DE CENTRO DE DIA, ERPI**

SEMANA DE 22 A 28 DE JUNHO DE 2015

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado	Domingo
<b>Pequeno-Almoço</b>	* Leite, Café, Chá Pão com manteiga ou doce	* Leite, Café, Chá Pão com manteiga	* Leite, Café, Chá Pão com manteiga ou doce	* Leite, Café, Chá Pão com manteiga ou doce	* Leite, Café, Chá Pão com manteiga ou doce	* Leite, Café, Chá Pão com manteiga ou doce	* Leite, Café, Chá Pão com manteiga ou doce
<b>Almoço</b>	* Sopa de legumes	* Sopa de feijão verde	* Canja	* Sopa de grão de bico	* Caldo verde	* Sopa de legumes	* Creme de legumes
	* Jardineira de carnes	* Solha frita com arroz de tomate e alface	* Peru assado com esparguete de água e sal e alface	* Lombinhos estufados com legumes e cogumelos e puré	* Sardinha/Carapau grelhada com batata cozida e salada mista	* Massada de carne com alface	* Frango assado com arroz de cenoura e alface
	* Laranja	* Melância	* Pêssego	* Banana	* Gelatina	* Laranja	* Pêssego em calda
<b>Almoço (Dieta)</b>	* Sopa de legumes	* Sopa de feijão verde	* Sopa de legumes	* Sopa de grão de bico	* Caldo verde	* Sopa de legumes	* Creme de legumes
	* Carne estufada com legumes	* Solha grelhada com alface	* Peru assado com alface	* Lombinhos estufados com legumes	* Sardinha/Carapau grelhado com salada mista	* Carne estufada com alface	* Frango assado com alface
	* Laranja	* Melância	* Pêssego	* Laranja	* Gelatina	* Laranja	* Pêssego em calda
<b>Lanche</b>	* Leite com cevada, Café ou Chá Pão com manteiga ou doce	* Leite com cevada, Café ou Chá Pão com manteiga ou doce	* Leite com cevada, Café ou Chá Pão com manteiga ou doce	* Leite com cevada, Café ou Chá Pão com manteiga ou doce	* Leite com cevada, Café ou Chá Pão com manteiga ou doce	* Leite com cevada, Café ou Chá Pão com manteiga ou doce	* Leite com cevada, Café ou Chá Pão com manteiga ou doce
<b>Jantar</b>	* Sopa de legumes	* Sopa de feijão verde	* Canja	* Sopa de grão de bico	* Caldo verde	* Sopa de legumes	* Creme de legumes
	* Abrotea cozida com batatas e couve penca	* Carne cozida com batatas, cenouras e couves	* Red-fish cozido com batatas, cenouras e cebolas	* Pescada cozida com batatas e couve penca	* Arroz de carnes com legumes	* Bacalhau cozido com batatas e couve penca	* Carapau cozido com batatas, cenouras e cebolas
	* Maça cozida	* Pera assada	* Maça cozida	* Pera assada	* Maça cozida	* Pera assada	* Maça assada
<b>Jantar (Dieta)</b>	* Sopa de legumes	* Sopa de feijão verde	* Sopa de legumes	* Sopa de grão de bico	* Caldo verde	* Sopa de legumes	* Creme de legumes
	* Abrotea cozida com couve penca	* Carne cozida com cenouras e couves	* Red-fish cozido com cenouras e cebolas	* Pescada cozida com couve penca	* Carne estufada com legumes	* Bacalhau cozido com couve penca	* Carapau cozido com cenouras e cebolas
	* Maça cozida	* Pera assada	* Maça cozida	* Pera assada	* Maça cozida	* Pera assada	* Maça assada

A EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO.

Directora Técnica: Ana Margarida

Engenheira Alimentar: Joana Semedo