

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de feijão verde	arroz alegre [milho, ervilhas e cenoura]
	Prato	tesourinhos no forno	
	Sobremesa*	fruta da época	
3ª-feira	Sopa	de couve lombarda	massa espiral e salada
	Prato	rojões estufados	
	Sobremesa*	fruta da época	
4ª-feira	Sopa	de brócolos	arroz e salada
	Prato	filetes dourados	
	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
5ª-feira	Sopa	de nabo com couve coração	[couve e cenoura]
	Prato	rancho de carnes	
	Sobremesa*	fruta da época	
6ª-feira	Sopa	creme de abóbora	arroz de ervilhas
	Prato	abrótea estufada com cenoura	
	Sobremesa*	fruta da época ou iogurte de aromas	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas

**variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor*



13/Fevereiro - Dia Mundial da Rádio

A rádio continua a ser o meio de comunicação social que atinge as maiores audiências, continuando a adaptar-se às novas tecnologias e a novos equipamentos. É um meio bastante útil para a população, seja como ferramenta de apoio ao debate e comunicação, na promoção cultural ou em casos de emergência social.



DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	creme de cenoura	esparguete de cenoura
	Prato	almôndegas com molho de tomate	
	Sobremesa*	fruta da época	
3ª-feira	Sopa	de vegetais	[cenoura e ervilhas]
	Prato	saladinha de peixe com ovo	
	Sobremesa*	fruta da época ou iogurte de aromas	
4ª-feira	Sopa	creme de couve flor	massa e feijão verde
	Prato	frango estufado	
	Sobremesa*	fruta da época	
5ª-feira	Sopa	de grão de bico com espinafres	arroz de tomate e pimento
	Prato	filete de escamudo dourado	
	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
6ª-feira	Sopa	de nabo	salada de tomate
	Prato	massa de carnes à salsicheiro	
	Sobremesa*	fruta da época	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas

*variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor

21/Fevereiro - Dia Internacional da Língua Materna

