

**ASSOC. NUN'ÁLVARES DE CAMPANHÃ**  
**CASA DOS GIRASSOIS**  
**CENTRO DE DIA**



**EMENTA**

**De 14 Outubro a 26 Outubro de 2019**

	DIA	ALMOÇO		SOBREMESA	LANCHE
3ª Semana	14	Sopa de legumes	Massa esparguete à bolonhesa <b>Dieta: Bife grelhado c/massa esparguete</b>	Fruta da época	Leite c/cevada, cevada, chá e pão c/manteiga
	15	Sopa de legumes	Feijoada de marisco <b>Dieta: Pescada grelhada c/arroz</b>	Fruta da época	Leite c/cevada, cevada, chá e pão c/doce
	16	Sopa de legumes	Jardineira de frango	Fruta da época	Leite c/cevada, cevada, chá e pão c/queijo
	17	Sopa de legumes	Filetes de peixe panados c/arroz <b>Dieta: Solha grelhada c/arroz</b>	Fruta da época	Leite c/cevada, cevada, chá e pão c/fiambre
	18	Sopa de legumes	Massa com carne	Fruta da época	Leite c/cevada, cevada, chá e pão c/marmelada
	19	Sopa de legumes	Fêveras estufadas c/arroz	Fruta da época	
4ª Semana	21	Sopa de legumes	Rissois de carne c/arroz legumes <b>Dieta: Bife de peru grelhado c/arroz</b>	Fruta da época	Leite c/cevada, cevada, chá e pão c/manteiga
	22	Sopa de legumes	Salada russa c/atum e ovo	Fruta da época	Leite c/cevada, cevada, chá e pão c/doce
	23	Sopa de legumes	Rancho <b>Dieta: Massa com carne</b>	Fruta da época	Leite c/cevada, cevada, chá e pão c/queijo
	24	Sopa de legumes	Sardinhas fritas c/arroz de legumes <b>Dieta: Carapau grelhado c/arroz legumes</b>	Fruta da época	Leite c/cevada, cevada, chá e pão c/fiambre
	25	Sopa de legumes	Frango assado c/batata e arroz	Fruta da época	Leite c/cevada, cevada, chá e pão c/marmelada
	26	Sopa de legumes	Arroz de carne	Fruta da época	

- **OBS:** De acordo c/o Reg. 1169/2011 de 25 de Outubro, esta ementa pode conter alimentos que podem provocar alergias ou intolerâncias.

**A ementa pode sofrer alterações pontuais**