

**MUNICÍPIO DE CARREGAL DO SAL**

Semana de 7 a 11 de Dezembro de 2020

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	creme de legumes	
DIA	Prato	empadão de arroz com carne	cenoura raspada
7	Prato vegetariano	espaguete de feijão	brócolos e couve
	Sobremesa*	fruta da época [laranja]	
3ª-feira	Sopa		
DIA	Prato	feriado	
8	Prato vegetariano		
	Sobremesa*		
4ª-feira	Sopa	de alho francês	
DIA	Prato	nuggets de frango	massa salteada e macedónia de legumes
9	Prato vegetariano	massa espiral com legumes salteados	
	Sobremesa*	fruta da época [pêra]	
5ª-feira	Sopa	de curgete e cenoura	
DIA	Prato	pescada com molho de cenoura	arroz de ervilhas e juliana de alface
10	Prato vegetariano	salada de feijão frade	batata cozida e cenoura
	Sobremesa*	fruta da época ou iogurte de aromas	
6ª-feira	Sopa	de feijão vermelho com vegetais	
DIA	Prato	massa de carnes à primavera	[couve lombarda e feijão verde]
11	Prato vegetariano	gratinado de legumes	(cenoura, ervilha, milho e massa)
	Sobremesa*	fruta da época [maçã amarela]	

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

**25 de Março de 1646**

D. João IV coroa a imagem de Nossa Senhora da Conceição, em Vila Viçosa. A partir de então, os reis subsequentes nunca mais colocaram a coroa real na sua cabeça, sendo que a coroa, em ocasiões solenes, era apenas posta sobre uma almofada, ao lado direito do rei.

**MUNICÍPIO DE CARREGAL DO SAL**

Semana de 14 a 18 de Dezembro de 2020

<b>DIA</b>	<b>PRATO</b>	<b>EMENTA</b>	<b>GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO</b>
2ª-feira	Sopa	de feijão verde	
DIA	Prato	rissóis de atum no forno	arroz branco e salada de alface
14	Prato vegetariano	legumes salteados	arroz branco
	Sobremesa*	fruta da época [banana]	
3ª-feira	Sopa	de couve lombarda	
DIA	Prato	pá de porco assada	esparguete e cenoura
15	Prato vegetariano	esparguete de cogumelos	cenoura
	Sobremesa*	fruta da época [maçã vermelha]	
4ª-feira	Sopa	de brócolos	
DIA	Prato	petinga	salada de feijão frade, batata e cenoura
16	Prato vegetariano	salada de batata, feijão frade e brócolos)	
	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
5ª-feira	Sopa	creme de abóbora	
DIA	Prato	massa de frango com cenoura	
17	Prato vegetariano	massa espiral com cenoura, repolho e feijão verde	
	Sobremesa*	fruta da época [laranja]	
6ª-feira	Sopa	de com couve coração	
DIA	Prato	perú à Natal	arroz branco e salada de alface
18	Prato vegetariano	jardineira de soja	
	Sobremesa*	fruta da época ou doce	

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

