



Entidade fornecedora: **Cantina Municipal**

novembro 2023	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Semana 44			1 de novembro	2 de novembro	3 de novembro
Sopa			FERIADO	Canja	Sopa de feijão verde
Prato				Bacalhau à Gomes de Sá	Arroz de coelho
Sobremesa				Banana	Pêra
Semana 45	6 de novembro	7 de novembro	8 de novembro	9 de novembro	10 de novembro
Sopa	Sopa de hortaliça	Sopa de feijão	Sopa de legumes	Sopa de espinafre	Caldo verde
Prato	Carne de porco à alentejana	Peixe grelhado com batata e legumes	Esparguete com carne	Filetes com batata salteada	Carne grelhada com arroz de feijão
Sobremesa	Maça	Mousse	Clementina	Banana	Pêra
Semana 46	13 de novembro	14 de novembro	15 de novembro	16 de novembro	17 de novembro
Sopa	Sopa de hortaliça	Sopa de feijão	Sopa de espinafre	Sopa juliana	Sopa de feijão verde
Prato	Jardineira de vitela	Caldeira de peixe	Feijão branco com carne	Peixe grelhado com batata e legumes	Frango estufado com arroz e batata frita
Sobremesa	Maça	Banana	Clementina	Leite creme	Pêra
Semana 47	20 de novembro	21 de novembro	22 de novembro	23 de novembro	24 de novembro
Sopa	Sopa de hortaliça	Sopa de feijão	Sopa de espinafre	Sopa de legumes	Caldo verde
Prato	Bifinhos com cogumelos e arroz de legumes	Douradinhos com salada russa	Arroz de carne	Peixe grelhado com batata e legumes	Perú estufado com esparguete
Sobremesa	Maça	Banana	Clementina	Arroz doce	Pêra
Semana 48	27 de novembro	28 de novembro	29 de novembro	30 de novembro	
Sopa	Sopa de hortaliça	Sopa de feijão	Sopa de espinafre	Sopa de feijão Verde	
Prato	Carne assada com arroz de legumes	Peixe grelhado com batata e legumes	Massinhas com frango	Arroz de Atum	
Sobremesa	Maça	Banana	Laranja	Pudim	

* A ementa pode ser alterada sem aviso prévio sempre que se verifique essa necessidade.

Escolas abrangidas por esta ementa: CAF (1.ºCiclo) Oliveira do Hospital