



UNISELF, SA

Ementa - Mês de Abril



Colégio Frei Cristóvão

3 de abril de 2017		4 de abril de 2017		5 de abril de 2017		6 de abril de 2017		7 de abril de 2017		
SOPA	Primaveril	199	SOPA	Juliana	SOPA	Creme de Cenoura com ervilhas	SOPA	Sopa de Feijão Verde	SOPA	Caldo verde
CARNE	Rolo de Carne em molho de tomate com massa esparguete		PEIXE	Bacalhau gratinado com espinafres (migas Paloco)	CARNE	Vitela estufada com cenoura e massa esparguete	PEIXE	Rissóis de Atum com arroz de tomate e pimentos	CARNE	Strogonoff de porco com cogumelos e massa espiral
DIETA	Bife de frango grelhado legumes cozidos	184	DIETA	Pescada cozida com batata e legumes	DIETA	Vitela cozida com macedónia	DIETA	Atum ao natural com feijão verde	DIETA	Febra grelhada com feijão verde cozido
VERDURA	Salada Variada	35	VERDURA	Salada Variada	VERDURA	Salada Variada	VERDURA	Salada Variada	VERDURA	Salada Variada
SOBREMESA	Fruta da Época	66	SOBREMESA	Iogurte Aromas	SOBREMESA	Fruta da Época	SOBREMESA	Gelatina	SOBREMESA	Fruta da Época
10 de abril de 2017		11 de abril de 2017		12 de abril de 2017		13 de abril de 2017		14 de abril de 2017		
SOPA	Creme Brócolos		SOPA	Canja	SOPA	Feijão com hortaliça	SOPA	Caldo verde	SOPA	
CARNE	Nuggets de frango no forno com arroz de ervilhas		PEIXE	Pescada Assada no forno com ervas aromáticas e Batata cozida	CARNE	Lasanha de carne	PEIXE	Meia desfeita de bacalhau (Paloco)	CARNE	
DIETA	Bife de Frango grelhado com arroz ervilhas		DIETA	Pescada cozida com batata e legumes	DIETA	Febras grelhadas com feijão verde cozido	DIETA	Pescada cozida com legumes	DIETA	Feriado
VERDURA	Salada Variada		VERDURA	Salada Variada	VERDURA	Salada Variada	VERDURA	Salada Variada	VERDURA	
SOBREMESA	Fruta da Época		SOBREMESA	Fruta da Época	SOBREMESA	Fruta da Época	SOBREMESA	Gelatina	SOBREMESA	
17 de abril de 2017		18 de abril de 2017		19 de abril de 2017		20 de abril de 2017		21 de abril de 2017		
SOPA	Creme de curgete		SOPA	Juliana	SOPA	Creme de cenoura com feijão verde	SOPA	Grão com espinafres	SOPA	Sopa Macedónia
CARNE	Almofadinhas de carne com arroz de legumes		PEIXE	Filete Arinca no forno com Salada camponesa	CARNE	Bifanas de cebolada com massa espiral	PEIXE	Empadão de arroz com atum	CARNE	Perna de frango assada com massa esparguete.
DIETA	Bife de frango grelhado legumes cozidos		DIETA	Filete Arinca no forno simples com legumes	DIETA	Febras grelhadas com legumes	DIETA	Pescada cozida com brócolo e couve flor	DIETA	Perna de frango assada simples com cenoura e feijão verde
VERDURA	Salada Variada		VERDURA	Salada Variada	VERDURA	Salada Variada	VERDURA	Salada Variada	VERDURA	Salada Variada
SOBREMESA	Fruta da Época		SOBREMESA	Iogurte Aromas	SOBREMESA	Fruta da Época	SOBREMESA	Gelatina	SOBREMESA	Fruta da Época
24 de abril de 2017		25 de abril de 2017		26 de abril de 2017		27 de abril de 2017		28 de abril de 2017		
SOPA	Puré de Legumes		SOPA		SOPA	Sopa de hortaliça	SOPA	Canja	SOPA	Sopa de Nabiça
CARNE	Hambúrguer com queijo e massa esparguete		PEIXE		CARNE	Perna Peru assado com laranja e arroz de grelos	PEIXE	Massa de peixe com delicias do mar e coentros	CARNE	Carne de Porco á portuguesa com arroz e batata frita
DIETA	Febras grelhadas com brócolos e cenoura cozida		DIETA	Feriado	DIETA	Perna Peru assado simples com legumes	DIETA	Abrótea cozida com brócolos e cenoura cozida	DIETA	Bife de frango grelhado com legumes
VERDURA	Salada Variada		VERDURA		VERDURA	Salada Variada	VERDURA	Salada Variada	VERDURA	Salada Variada
SOBREMESA	Fruta da Época		SOBREMESA		SOBREMESA	Fruta da Época	SOBREMESA	Arroz doce	SOBREMESA	Fruta da Época