

CANTINA 3 - CAMPUS 2

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 20-04-2015	Sopa: Legumes Carne: Carne de porco assada com arroz de passas Peixe: Maruca de Cebolada com puré de batata Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 21-04-2015	Sopa: Lombardo Carne: Bife á cervejaria com arroz e batata frita Peixe: Rainha grelhada com molho de limão e hortelã e batata cozida Vegetariano: Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 22-04-2015	Sopa: Courgette e feijão verde Carne: Frango estufado com esparguete e ervilhas Peixe: Peixe espada grelhado com batata a murro Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quinta-feira 23-04-2015	Sopa: Juliana Carne: Arroz à Valenciana Peixe: Bacalhau com natas Vegetariano: Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Sexta-feira 24-04-2015	Sopa: Feijão branco com repolho Carne: Jardineira de vitela Peixe: Arroz de moluscos malandrinho (pota) Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO

CANTINA 3 - CAMPUS 2

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 27-04-2015	Sopa: Hortaliça Carne: Almôndegas de tomatada com arroz Peixe: Pescada cozida com batata ovo e feijão verde Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 28-04-2015	Sopa: Agrião com cenoura Carne: Bifinhos de peru com cogumelos e esparguete Peixe: Bacalhau à brás Vegetariano: Ratatouille Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 29-04-2015	Sopa: Peixe Carne: Febras de porco grelhados com molho ao piri-piri com arroz e batata frita Peixe: Solha frita com salada de feijão frade ou açorda Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quinta-feira 30-04-2015	Sopa: Grão com couve Carne: Coxas de frango à Mexicana (assadas no forno com oregãos e esparguete primavera) Peixe: Abrótea de tomatada com arroz Vegetariano: Empadão de Legumes Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Sexta-feira 01-05-2015	ENCERRADO	ENCERRADO

CANTINA 3- CAMPUS 2

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 04-05-2015	Sopa: Courgete com feijão verde Carne: Frango Cattatore Itália  Peixe: Arroz de peixe com delícias do mar Vegetariano : Curgete à Brás Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 05-05-2015	Sopa: Feijão catarino com lombardo Carne: Carne de vaca à primavera (arroz, ervilhas, cenoura) Peixe: Salmão gemânico Alemanha  Vegetariano: Beringela recheada Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 06-05-2015	Sopa: Nabiça Carne: Chili com feijão vermelho México  Peixe: Peixe espada frito com arroz de tomate ou açorda Vegetariano: Omelete de Courgete Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quinta-feira 07-05-2015	Sopa: Espinafres Carne: Paella Espanha  Peixe: Filetes gratinados com broa, batatinha assada e couve salteada Vegetariano: Tarte de arroz de grelos Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Sexta-feira 08-05-2015	Sopa: Caldo verde Carne: Esparguete à bolonhesa Peixe: Pescada à Grega Grécia  Vegetariano: Strogonoff vegetariano Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO

CANTINA 3 - CAMPUS 2

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 11-05-2015	Sopa: Ervilhas Carne: Bifinhos de porco em cebolada com arroz de legumes Peixe: Carapau grelhado com batata e cenoura cozida Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 12-05-2015	Sopa: Feijão com hortalíça Carne: Perna de peru assada com batata assada Peixe: Lasanha de bacalhau com espinafres Vegetariano : Lasanha de legumes Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 13-05-2015	Sopa: Peixe Carne: Grelhada mista com migas e arroz de feijão Peixe: Pescada à saloia com batata e legumes salteados Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quinta-feira 14-05-2015	Sopa: Alho francês Carne: Frango no forno com limão esparguete e feijão verde salteado Peixe: Ensopado de lulas com puré de batata Vegetariano: Courgete à Brás Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Sexta-feira 15-05-2015	Sopa: Agrião Carne: Escalopes de vitela com cogumelos e arroz branco Peixe: Solha à delícia com batata assada Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO

CANTINA 3 - CAMPUS 2

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 18-05-2015	Sopa: Legumes Carne: Bife á cervejaria com arroz e batata frita Peixe: Potas guisadas com batata cenoura e ervilhas Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 19-05-2015	Sopa: Lombardo Carne: Feijoadada Peixe: Perca à lagareiro com batata a murro Vegetariano: Pudim de legumes com tomates Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 20-05-2015	Sopa: Courgette e feijão verde Carne: Costeleta grelhada com arroz alegre Peixe: Empadão com lascas de peixe Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quinta-feira 21-05-2015	Sopa: Juliana Carne: Frango na cebola (Frango estufado, cebola aos cubos, alecrim, limão, batata cozida) Peixe: Filetes panados com arroz de ervilhas Vegetariano: Batata doce com castanhas Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Sexta-feira 22-05-2015	ENCERRADO	ENCERRADO

CANTINA 3 - CAMPUS 2

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 25-05-2015	Sopa: Hortaliça Carne: Perna de porco estufado com puré Peixe: Marmotas fritas com feijão frade Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 26-05-2015	Sopa: Agrião com cenoura Carne: Strogonoff de Perú com fusilli Peixe: Tortilha de peixe com espinafres Vegetariano: Beringela recheada Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 27-05-2015	Sopa: Peixe Carne: Empadão de Vitela Peixe: Bacalhau á Brás Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quinta-feira 28-05-2015	Sopa: Grão com couve Carne: Bife de porco à café com arroz e batata frita Peixe: Atum com salada russa Vegetariano : Salteado de legumes Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Sexta-feira 29-05-2015	Sopa: Feijão verde Carne: Frango com castanhas e arroz de açafraão Peixe: Lulas estufadas com batata cozida Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO