

CANTINA 3 - CAMPUS 2

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 23 -11-2015	Sopa: Ervilhas Carne: Arroz da aldeia Peixe: Solha frita com salada russa Vegetariano: Almofado de vegetais Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 24-11-2015	Sopa: Feijão com hortaliça Carne: Almôndegas com esparguete Peixe: Salmão no forno com limão, batata e feijão verde Vegetariano: Gratinado de beringela Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 25-11-2015	Sopa: Peixe Carne: Frango estufado com cogumelos e arroz Peixe: Cadeirada de peixe Vegetariano : Arroz frito tailandês Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quinta-feira 26-11-2015	Sopa: Alho francês Carne: Vitela estufada estufada à camponesa com arroz branco Peixe: Bacalhau à Gomes de Sá Vegetariano: Pizza de ananás com milho e cogumelos Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Sexta-feira 27-11-2015	Sopa: Agrião Carne: Panados de Perú à milaneza com esparguete Peixe: Atum com feijão frade Vegetariano: Soufle de queijo Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO

CANTINA 3 - CAMPUS 2

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 30-11-2015	Sopa: Legumes Carne: Carne de porco assada com arroz de passas e batata frita Peixe: Maruca de Cebolada com puré de batata Vegetariano: Tachinho de soja e alecrim Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 01-12-2015	Sopa: Lombardo Carne: Massa de peru com cogumelos gratinados no forno Peixe: Rainha grelhada com molho de limão e hortelã e batata cozida Vegetariano: Soja à alentejana Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 02-12-2015	Sopa: Courgette e feijão verde Carne: Frango estufado com esparguete e ervilhas Peixe: Peixe espada grelhado com batata a murro Vegetariano: Beringela de escabeche Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quinta-feira 03-12-2015	Sopa: Juliana Carne: Arroz à Valenciana Peixe: Bacalhau com natas Vegetariano: Stroganoff de cogumelos Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Sexta-feira 04-12-2015	Sopa: Feijão branco com repolho Carne: Jardineira de vitela Peixe: Arroz de moluscos malandrinho (pota) Vegetariano: Quiche de espinafres Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO

CANTINA 3- CAMPUS 2

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 07-12-2015	Sopa: Hortaliça Carne: Almôndegas de tomatada com arroz Peixe: Pescada cozida com batata ovo e feijão verde Vegetariano: Fricassé de legumes Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 08-12-2015	Feriado	ENCERRADO
Quarta-feira 09-12-2015	Sopa: Peixe Carne: Bife á cervejaria com arroz e batata frita Peixe: Solha frita com salada de feijão frade ou açorda Vegetariano: Mista de corgete com açorda Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quinta-feira 10-12-2015	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 11-12-2015	Sopa: Feijão verde Carne: Espetada de peru grelhada com arroz de ervilhas Peixe: Pescada á zé do Pipo com puré de batata Vegetariano: Espetadas vegetarianas Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO

CANTINA 3 - CAMPUS 2

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 14-12-2015	Sopa: Courgete com feijão verde Carne: Carne porco à Portuguesa Peixe: Arroz de peixe com delícias do mar Vegetariano: Ratataui Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 15-12-2015	Sopa: Feijão catarino com lombardo Carne: Carne de vaca à primavera (arroz, ervilhas, cenoura) Peixe: Salmão à marinheiro com batata e cenoura Vegeriano: Courgete á Brás Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 16-12-2015	Sopa: Nabiça Carne: Frango assado com arroz alegre e batata frita Peixe: Peixe espada frito com arroz de tomate ou açorda Vegetariano: Batata doce com castanhas Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quinta-feira 17-12-2015	Sopa: Espinafres Carne: Arroz de aves Peixe: Filetes gratinados com broa, batatinha assada e couve salteada Vegetariano: Feijoada vegetariana Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Sexta-feira 18-12-2015	Sopa: Caldo verde Carne: Esparguete à bolonhesa Peixe: Lulas de tomatada com puré de batata Vegetariano: Gratinado de castanhas Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO

CANTINA 3 - CAMPUS 2

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 21-12-2015		ENCERRADO
Terça-feira 22-12-2015		ENCERRADO
Quarta-feira 23-12-2015		ENCERRADO
Quinta-feira 24-12-2015		ENCERRADO
Sexta-feira 25-12-2015	Natal	Natal

CANTINA 3 - CAMPUS 2

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 28-12-2015		ENCERRADO
Terça-feira 29-12-2015		ENCERRADO
Quarta-feira 30-12-2015		ENCERRADO
Quinta-feira 31-12-2015		ENCERRADO
Sexta-feira 01-01-2016	FERIADO	FERIADO