

CANTINA 4 - CAMPUS 3

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 01-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO
Terça-feira 02-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO
Quarta-feira 03-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO
Quinta-feira 04-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO
Sexta-feira 05-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO

CANTINA 4 - CAMPUS 3

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 08-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO
Terça-feira 09-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO
Quarta-feira 10-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO
Quinta-feira 11-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO
Sexta-feira 12-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO

CANTINA 4 - CAMPUS 3

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 15-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO
Terça-feira 16-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO
Quarta-feira 17-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO
Quinta-feira 18-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO
Sexta-feira 19-02-2016	ENCERRADO	ENCERRADO

CANTINA 4 - CAMPUS 3

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 22-02-2016	Sopa: Legumes Carne: Bife á cervejaria com arroz e batata frita Peixe: Potas guisadas com batata cenoura e ervilhas Vegetariano: Empadão de legumes Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Legumes Carne: Carne de porco assada com arroz de passas Sobremesa: Fruta doce iogurte
Terça-feira 23-02-2016	Sopa: Lombardo Carne: Feijoadada Peixe: Perca à lagareiro com batata a murro Vegetariano: Strogonoff vegetariano Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Lombardo Peixe: Rainha grelhada com molho de limão e hortelã e batata cozida Sobremesa: Fruta doce iogurte
Quarta-feira 24-02-2016	Sopa: Courgette e feijão verde Carne: Costeleta grelhada com arroz alegre Peixe: Empadão com lascas de peixe Vegetariano: Pataniscas de legumes Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Courgette e feijão verde Carne: Frango estufado com esparguete e ervilhas Sobremesa: Fruta doce iogurte
Quinta-feira 25-02-2016	Sopa: Espinafres Carne: Frango na cebola (Frango estufado, cebola aos cubos, alecrim, limão, batata cozida) Peixe: Filetes panados com arroz de ervilhas Vegetariano: Salteado de legumes com arroz Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Espinafres Peixe: Bacalhau com natas Sobremesa: Fruta doce iogurte
Sexta-feira 26-02-2016	Sopa: Feijão branco com repolho Carne: Peru assado com molho de laranja e esparguete Peixe: Abrótea no forno com batatinha e bróculos Vegetariano: Trouxas com molho de tomate Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Feijão branco com repolho Carne: Jardineira de Vitela Sobremesa: Fruta doce iogurte

CANTINA 4 - CAMPUS 3

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 29-02-2016	Sopa: Hortaliça Carne: Perna de porco estufada com puré Peixe: Marmotas frita com feijão frade Vegetariano: Corgete á Brás Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Hortaliça Carne: Almôndegas de tomatada com arroz Sobremesa: Fruta doce iogurte
Terça-feira 01-03-2016	Sopa: Agrião com cenoura Carne: Strogonoff de Perú com fusilli Peixe: Tortilha de peixe com espinafres Vegetariano: Francesinha vegetariana Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Agrião com cenoura Peixe: Lasanha de peixe e frutos do mar Sobremesa: Fruta doce iogurte
Quarta-feira 02-03-2016	Sopa: Peixe Carne: Empadão de vitela Peixe: Bacalhau à Brás Vegetariano : Quiche de cogumelos e espinafres Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Peixe Carne: Bife á cervejaria com arroz e batata frita Sobremesa: Fruta doce iogurte
Quinta-feira 03-03-2016	Sopa: Grão com couve Carne: Bife de porco à café com arroz de alho Peixe: Atum com salada russa Vegetariano : Folhado de espinafres com arroz branco Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Grão com couve Peixe: Abrótea de tomatada com arroz Sobremesa: Fruta doce iogurte
Sexta-feira 04-03-2016	Sopa: Feijão verde Carne: Frango com castanhas e arroz de açafraão Peixe: Lulas estufadas com batata cozida Vegetariano: Beringela á grega Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Feijão verde Carne: Espetada de Perú grelhada com arroz de ervilhas Sobremesa: Fruta doce iogurte

CANTINA 4 - CAMPUS 3

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 07-03-2016	Sopa: Courgete com feijão verde Carne: Lasanha de carne de vaca Peixe: Raia frita com arroz de tomate Vegetariano : Lasanha vegetariana Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Courgete com feijão verde Carne: Carne porco à Portuguesa Sobremesa: Fruta doce iogurte
Terça-feira 08-03-2016	Sopa: Feijão catarino com lombardo Carne: Perna de peru com ervas aromáticas Peixe: Meia desfeita de bacalhau vegetariano: Tarte de soja e alho francês Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Feijão catarino com lombardo Peixe: Salmão à marinheiro com batata e cenoura Sobremesa: Fruta doce iogurte
Quarta-feira 09-03-2016	Sopa: Nabiça Carne: Espetada de porco grelhadas com esparguete Peixe: Caldeirada de lulas Vegetariano: Tachinho de soja e alecrim Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Nabiça Carne: Frango assado com batata assada Sobremesa: Fruta doce iogurte
Quinta-feira 10-03-2016	Sopa: Espinafres Carne: Escalopes de vitela com mostarda, cogumelos e puré Peixe: Solha gratinada com arroz de ervilhas Vegetariano: Tofu a lagareiro Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Espinafres Peixe: Filetes gratinados com broa, batatinha assada e couve salteada Sobremesa: Fruta doce iogurte
Sexta-feira 11-03-2016	Sopa: Caldo verde Carne: Frango assado com arroz e batata frita Peixe: Pescada no forno com bacon e batata assada Vegetariano: Rebolos de soja com batata doce Sobremesa: Fruta doce iogurte	Sopa: Caldo verde Carne: Esparguete à bolonhesa Sobremesa: Fruta doce iogurte