

CANTINA 5 - CAMPUS 4

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 01-02-2016	Sopa: Hortaliça Carne: Almôndegas de tomatada com arroz Peixe: Pescada cozida com batata ovo e feijão verde Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 02-02-2016	Sopa: Agrião com cenoura Carne: Vitela fatiada com puré Peixe: Lasanha de peixe e frutos do mar Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 03-02-2016	Sopa: Peixe Carne: Bife á cervejaria com arroz e batata frita Peixe: Solha frita com salada de feijão frade ou açorda Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quinta-feira 04-02-2016	Sopa: Grão com couve Carne: Coxas de frango à Mexicana (assadas no forno com oregãos e esparguete primavera) Peixe: Abrótea de tomatada com arroz Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Sexta-feira 05-02-2016	Sopa: Feijão verde Carne: Espetada de peru grelhada com arroz de ervilhas Peixe: Pescada á zé do Pipo com puré de batata Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO

CANTINA 5 - CAMPUS 4

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	Sopa: Caldo verde Carne: Esparguete à bolonhesa Peixe: Lulas de tomatada com puré de batata Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO

CANTINA 5 - CAMPUS 4

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 15-02-2016	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 16-02-2016	Sopa: Feijão com hortalíça Carne: Perna de peru assada com batata assada Peixe: Lasanha de bacalhau com espinafres Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 17-02-2016	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 18-02-2016	Sopa: Alho francês Carne: Frango no forno com limão arroz e batata frita Peixe: Ensopado de lulas com puré de batata Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Sexta-feira 19-02-2016	Sopa: Agrião Carne: Escalopes de vitela com cogumelos e arroz branco Peixe: Solha à delícia com batata assada Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO

CANTINA 5 - CAMPUS 4

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 22-02-2016	Sopa: Legumes Carne: Bife à cervejaria com arroz e batata frita Peixe: Potas guisadas com batata cenoura e ervilhas Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 23-02-2016	Sopa: Lombardo Carne: Feijoadada Peixe: Perca à lagareiro com batata a murro Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 24-02-2016	Sopa: Courgette e feijão verde Carne: Costeleta grelhada com arroz alegre Peixe: Empadão com lascas de peixe Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
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 Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
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 Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO

CANTINA 5 - CAMPUS 4

SEMANA	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 29-02-2016	Sopa: Hortaliça Carne: Perna de porco estufada com puré Peixe: Marmotas frita com feijão frade Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 01-03-2016	Sopa: Agrião com cenoura Carne: Strogonoff de Perú com fusilli Peixe: Tortilha de peixe com espinafres Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 02-03-2016	Sopa: Peixe Carne: Empadão de vitela Peixe: Bacalhau à Brás Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quinta-feira 03-03-2016	Sopa: Grão com couve Carne: Bife de porco à café com arroz de alho Peixe: Atum com salada russa Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Sexta-feira 04-03-2016	Sopa: Feijão verde Carne: Frango com castanhas e arroz de açafraão Peixe: Lulas estufadas com batata cozida Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO

CANTINA 5 - CAMPUS 4

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 Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Terça-feira 08-03-2016	Sopa: Feijão catarino com lombardo Carne: Perna de peru com ervas aromáticas Peixe: Meia desfeita de bacalhau Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quarta-feira 09-03-2016	Sopa: Nabiça Carne: Espetada de porco grelhadas com esparguete Peixe: Caldeirada de lulas Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
Quinta-feira 10-03-2016	Sopa: Espinafres Carne: Escalopes de vitela com mostarda, cogumelos e puré Peixe: Solha gratinada com arroz de ervilhas Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO
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 Sobremesa: Fruta doce iogurte	ENCERRADO