



Centro Social Paroquial do Cacém

IPSS - Instituição Particular de Solidariedade Social

NIPC: 502 276 380



EMENTA DO MÊS

DEZEMBRO de 2023

Dia 1 6ª	FERIADO Restauração da Independência	Dia 18 2ª	Sopa: Creme de alho francês Prato: Arroz à Valenciana e salada de alface Sobremesa: Maçã
Dia 4 2ª	Sopa: Creme de espinafres Prato: Pato escondido com milho e salada de alface Sobremesa: Maçã	Dia 19 3ª	Sopa: Agrião Prato: Salmão em cama de legumes com batata cozida Sobremesa: Fruta da época
Dia 5 3ª	Sopa: Juliana Prato: Pescada cozida com batata e brócolos Sobremesa: Fruta da época	Dia 20 4ª	Sopa: Caldo verde Prato: Frango guisado com massa e salada mista Sobremesa: Banana
Dia 6 4ª	Sopa: Feijão Prato: Bifanas grelhadas com esparguete e salada de tomate e orégãos Sobremesa: Banana	Dia 21 5ª	Sopa: Creme de batata-doce e nabiça Prato: Empadão de arroz de feijão Sobremesa: Pera
Dia 7 5ª	Sopa: Nabiça Prato: Tortilha de vegetais com arroz de ervilhas e salada de alface Sobremesa: Pera	Dia 22 6ª	Sopa: Alface Prato: Meia desfeita de bacalhau (bacalhau, grão, batata e cenoura) Sobremesa: Fruta da época
Dia 8 6ª	FERIADO Dia da Imaculada Conceição	Dia 25 2ª	DIA DE NATAL Nascimento de Jesus Cristo
Dia 11 2ª	Sopa: Brócolos Prato: Jardineira com macedónia de legumes Sobremesa: Maçã	Dia 26 3ª	ENCERRADO
Dia 12 3ª	Sopa: Couve-lombarda Prato: Empadão de atum com salada mista Sobremesa: Fruta da época	Dia 27 4ª	Sopa: Feijão-verde Prato: Febras estufadas com massa e cenoura ralada Sobremesa: Maçã
Dia 13 4ª	Sopa: Ervilhas Prato: Frango assado com massa e salada de tomate e orégãos Sobremesa: Banana	Dia 28 5ª	Sopa: Creme de couve-flor e abóbora Prato: Feijoada de legumes com arroz branco Sobremesa: Pera
Dia 14 5ª	Sopa: Creme de cenoura Prato: Chili de legumes Sobremesa: Pera	Dia 29 6ª	Sopa: Juliana Prato: Massada de atum com salada mista Sobremesa: Gelatina
Dia 15 6ª	Sopa: Espinafres Prato: Peixe espada grelhado com batata e salada de alface Sobremesa: Gelatina		

Lanche - Pré-Escolar

2ª Feira Leite Pão com manteiga	3ª Feira Iogurte Pão com fiambre	4ª Feira Leite Pão com doce	5ª Feira Fruta Pão com queijo	6ª Feira Leite Pão com manteiga
--	---	--	--	--

Lanche - ATL

2ª Feira Leite Pão com manteiga	3ª Feira Fruta Pão com fiambre	4ª Feira Iogurte Pão com doce	5ª Feira Fruta Pão com queijo	6ª Feira Leite Pão com manteiga
--	---	--	--	--