



# Centro Social Paroquial do Cacém

IPSS - Instituição Particular de Solidariedade Social

NIPC: 502 276 380



## Ementa do Mês de Setembro de 2024

Dia 2 2ª	Sopa: Creme de abobora Prato: Pato escondido com salada de alface Sobremesa: Maçã	Dia 17 3ª	Sopa: Alface Prato: Meia desfeita de bacalhau (bacalhau, grão, batata e cenoura) com legumes salteados Sobremesa: Melão
Dia 3 3ª	Sopa: Nabiças Prato: Medalhões de pescada no forno com batata cozida e salada de alface Sobremesa: Banana	Dia 18 4ª	Sopa: Creme de cenoura Prato: Carne assada com esparguete e salada mista Sobremesa: Banana
Dia 4 4ª	Sopa: Juliana Prato: Massa com carne picada e salada de alface Sobremesa: Laranja	Dia 19 5ª	Sopa: Couve-lombarda Prato: Tortilha vegetariana com arroz e salada de tomate e orégãos Sobremesa: Pêssego
Dia 5 5ª	Sopa: Creme de couve-flor Prato: Feijoadade legumes com arroz branco Sobremesa: Fruta época	Dia 20 6ª	Sopa: Feijão encarnado Prato: Pescada Braz com salada de alface Sobremesa: Leite creme
Dia 6 6ª	Sopa: Feijão verde Prato: Massada de peixe e salada de alface Sobremesa: Gelatina	Dia 23 2ª	Sopa: Alface Prato: Jardineira com macedónia de legumes Sobremesa: Maçã
Dia 9 2ª	Sopa: Couve lombardo Prato: Arroz á Valenciana e salada de tomate orégãos Sobremesa: Maçã	Dia 24 3ª	Sopa: Feijão-verde Prato: Pasteis de bacalhau com arroz de tomate e salada mista Sobremesa: Fruta da época
Dia 10 3ª	Sopa: Agrião Prato: Salada russa com atum e ovo Sobremesa: Pêssego	Dia 25 4ª	Sopa: Creme de alho francês Prato: Bifanas grelhadas com esparguete e salada de alface Sobremesa: Pera
Dia 11 4ª	Sopa: Creme de espinafres Prato: Frango assado com batatas frita e salada mista Sobremesa: Banana	Dia 26 5ª	Sopa: Agrião Prato: Strogonoff de grão-de-bico, cogumelos e abobora em cubinhos Sobremesa: Melão
	Sopa: Ervilhas Prato: Bolonhesa vegetariana com salada de alface Sobremesa: Pera	Dia 27 6ª	Sopa: Brócolos Prato: Massada de atum com salada de alface Sobremesa: Pudim
Dia 13 6ª	Sopa: Juliana Prato: Pescada cozida com batata e brócolos Sobremesa: Salada de fruta	Dia 30 2ª	Sopa: Caldo verde Prato: Esparguete á bolonhesa com cenoura ralada Sobremesa: Maçã
Dia 16 2ª	Sopa: Canja Prato: Massa á salsicheiro e salada de alface Sobremesa: Maçã		

### Lanche - Pré-Escolar

<b>2ª Feira</b> Leite Pão com manteiga	<b>3ª Feira</b> Leite Pão com fiambre	<b>4ª Feira</b> Iogurte Pão com doce	<b>5ª Feira</b> Leite Pão com queijo	<b>6ª Feira</b> Leite Pão com manteiga
--	---	--	--	--

### Lanche - ATL

<b>2ª Feira</b> Leite Pão com manteiga	<b>3ª Feira</b> Fruta Pão com fiambre	<b>4ª Feira</b> Iogurte Pão com doce	<b>5ª Feira</b> Fruta Pão com queijo	<b>6ª Feira</b> Sumo Pão com manteiga
--	---	--	--	---

Esta ementa poderá sofrer alterações