



Centro Social Paroquial do Cacém

IPSS - Instituição Particular de Solidariedade Social

NIPC: 502 276 380



EMENTA DO MÊS MAIO de 2024

Dia 1 4ª	Feriado/Dia Internacional do Trabalhador	Dia 17 6ª	Sopa: Espinafres Prato: Salada russa com atum e ovo e salada de alface Sobremesa: Leite-creme
Dia 2 5ª	Sopa: Ervilhas Prato: Chili de legumes Sobremesa: Pera	Dia 20 2ª	Sopa: Feijão Prato: Frango fricassé com arroz e salada mista Sobremesa: Maça
Dia 3 6ª	Sopa: Agrião Prato: Massada de atum com salada mista Sobremesa: Gelatina	Dia 21 3ª	Sopa: Feijão-encarnado Prato: Salmão no forno com batata cozida e legumes salteados Sobremesa: Fruta da época
Dia 6 2ª	Sopa: Canja Prato: Almondégas estufadas com esparguete e salada de alface Sobremesa: Maça	Dia 22 4ª	Sopa: Canja Prato: Carne assada com esparguete e salada mista Sobremesa: Banana
Dia 7 3ª	Sopa: Feijão e lombardo Prato: Pescada cozida com batata e brócolos Sobremesa: Fruta da época	Dia 23 5ª	Sopa: Alface Prato: Strogonoff de grão-de-bico, cogumelos e abóbora em cubinhos Sobremesa: Pera
Dia 8 4ª	Sopa: Cenoura Prato: Peru no forno com arroz de lombardo e cenoura ralada Sobremesa: Banana	Dia 24 6ª	Sopa: Nabiça Prato: Douradinhos com arroz de tomate e salada de alface Sobremesa: Pudim
Dia 9 5ª	Sopa: Creme de couve-flor e abóbora Prato: Salteado de legumes, grão-de-bico e ovo mexido Sobremesa: Pera	Dia 27 2ª	Sopa: Creme de abóbora Prato: Febras estufadas com esparguete e cenoura ralada Sobremesa: Maça
Dia 10 6ª	Sopa: Nabiça Prato: Massada de peixe e salada mista Sobremesa: Gelado	Dia 28 3ª	Sopa: Alface Prato: Arroz de peixe com salada de alface Sobremesa: Fruta da época
Dia 13 2ª	Sopa: Creme de alho francês Prato: Carne estufada puré, milho e cenoura ralada Sobremesa: Maça	Dia 29 4ª	Sopa: Ervilhas Prato: Carne picada com massa e salada mista Sobremesa: Banana
Dia 14 3ª	Sopa: Couve-lombarda Prato: Bacalhau no forno com espinafres Sobremesa: Laranja	Dia 30 5ª	Feriado/Corpo de Deus
Dia 15 4ª	Sopa: Creme de abóbora Prato: Nuggets com arroz de lombardo e salada de tomate Sobremesa: Banana	Dia 31 6ª	Sopa: Creme de cenoura Prato: Medalhões de pescada no forno com salada de alface Sobremesa: Arroz doce
Dia 16 5ª	Sopa: Ervilhas Prato: Bolonhesa vegetariana Sobremesa: Pera		

Lanche – Pré-Escolar

2ª Feira Leite Pão com manteiga	3ª Feira Leite Pão com fiambre	4ª Feira Iogurte Pão com doce	5ª Feira Leite 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 Sumo Pão com manteiga
--	---	--	--	---