



**Externato Nossa
Senhora da Assunção**

**Semi - Internato Nossa
Senhora da Assunção**



EMENTA

JUNHO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
03 a 07	Sopa: Espinafres Prato: Croquetes com arroz de cenoura Fruta da época ou doce	Sopa: Creme de legumes Prato: Massa espiral com atum Fruta da época ou doce	Sopa: Nabiça Prato: Jardineira de carne Fruta da época ou doce	Sopa: Caldo Verde Prato: Filetes dourados com arroz alegre Fruta da época ou doce	Sopa: Creme de legumes Prato: Esparguete à bolonhesa Fruta da época ou doce
10 a 14	FERIADO	Sopa: Agrião Prato: Salada de atum com ovo e feijão frade Fruta da época ou doce	Sopa: Alface Prato: Carne guisada com massa espiral Fruta da época ou doce	FERIADO	Sopa: Couve flor Prato: Pastéis de bacalhau com arroz de tomate Fruta da época ou doce
17 a 21	Sopa: Creme de legumes Prato: Carbonara Fruta da época ou doce	Sopa: Creme de ervilhas Prato: Filetes panados com arroz de ervilhas Fruta da época ou doce	Sopa: Nabiça Prato: Rolo de carne com massa de laços Fruta da época ou doce	FERIADO	Sopa: Creme de cenoura Prato: Pizza Fruta da época ou doce
24 a 28	Sopa: Abóbora Prato: Panados de frango no forno com esparguete Fruta da época ou doce	Sopa: Canja Prato: Arroz de Atum Fruta da época ou doce	Sopa: Courgete Prato: Bife com cogumelos e batata frita Fruta da época ou doce	Sopa: Creme de ervilhas Prato: Bacalhau à brás Fruta da época ou doce	Sopa: Grão Prato: Lombo de porco assado com tagliatelli Fruta da época ou doce

