

EMENTA SEMANAL

Almoços nos bares

 **12h às 14h**



DIA	SOPA	PRATO 01	PRATO 02
SEG 19 OUT	 Sopa juliana	 Lasanha (suíno) + salada	 Massada de grão + salada
TER 20 OUT	 Crème de abóbora e açafrão	 Lombos de porco no forno com arroz de cenoura e batata assada + salada	 Feijão-frade com migas de broa e arroz de cenoura + salada
QUA 21 OUT	 Sopa à lavrador	 Frango à basca + salada	 Massa com soja no forno + salada
QUI 22 OUT	 Caldo verde	 Raia frita com arroz de tomate + salada	 Rancho de seitan + salada
SEX 23 OUT	 Creme de cenoura	 Filetes de pescada no forno com arroz de ervilhas + salada	 Arroz de lentilhas com legumes mediterrânicos assados + salada

ONDE ENCONTRAR

Campus da Penha:

- > Bar da ESGHT
- > Bar da ESEC

Campus de Gambelas:

- > Bar do Complexo pedagógico
- > Bar do Edifício 7

*Comida com sabor
a casa.*