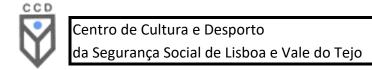


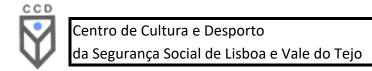
01 a 05 Dezembro

2 ^a	SOPA			
_	PEIXE	Feriado		
FEIRA	CARNE			
		,		
3a	SOPA	Legumes		
FEIRA	PEIXE	Tiras de pota à setubalense com batata frita		
	CARNE	Bife de porco com molho de mostarda e arroz		
4 ^a FEIRA	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Lasanha de bacalhau com espinafres		
	CARNE	Jardineira de frango		
	•			
5 ^a	SOPA	Legumes		
FEIRA	PEIXE	Solha frita com açorda de coentros		
	CARNE	Espetadas mistas com arroz de ervilhas		
<u> </u>				
6 ^a	SOPA	Legumes		
FEIRA	PEIXE	Abrótea estufada com cebolada, batata e legumes		
	CARNE	Perna de frango no forno com canela, maçã e arroz		



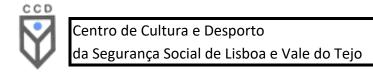
08 a 12 Dezembro

o a	SOPA			
2 ^a	PEIXE	Feriado		
FEIRA	CARNE			
3 ^a	SOPA	Legumes		
FEIRA	PEIXE	Arroz de peixe com amêijoas		
	CARNE	Bitoque de porco		
4 ^a FEIRA	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Peixe-espada frito com arroz de coentros		
	CARNE	Almôndegas com esparguete		
	•			
5 ^a	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Cação de tomatada com batata cozida		
FEIRA	CARNE	Panados de peru com arroz e esparregado		
6 ^a	SOPA	Legumes		
FEIRA	PEIXE	Perca grelhada com batata		
	CARNE	Lasanha		



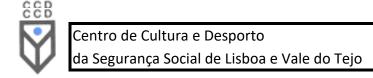
15 a 19 Dezembro

	_	<u></u>		
2 ^a FEIRA	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Redfish com molho de tomate e batatinha		
	CARNE	Ervilhas com entrecosto e ovo escalfado		
3 ^a	SOPA	Legumes		
FEIRA	PEIXE	Filetes de pescada com salada russa		
	CARNE	Arroz de aves no forno		
4 ^a FEIRA	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Pescada cozida com ovo e legumes		
	CARNE	Carne de porco assada com batata assada		
5 ^a	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Feijoada de pota		
FEIRA	CARNE	Peru estufado com arroz de passas		
6 ^a	SOPA	Legumes		
FEIRA	PEIXE	Solha corada com arroz de tomate		
	CARNE	Ensopado de grão		



22 a 26 Dezembro

2 ^a FEIRA	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Massada de peixe		
	CARNE	Costeletas de porco com molho de café e batata frita		
3 ^a FEIRA	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Carapaus fritos com arroz de pimentos		
	CARNE	Rolo de carne com puré de batata		
<u> </u>				
4 ^a FEIRA	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Filetes de pescada no forno com batata e macedónia		
	CARNE	Panados de peru com esparguete e molho de tomate		
	1			
5 ^a FEIRA	SOPA	Feriado		
	PEIXE			
	CARNE			
6 ^a FEIRA	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Bacalhau com natas		
	CARNE	Carne de porco assada com ananás e arroz		



29 Dezembro a 02 Janeiro

2 ^a FEIRA	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Perca grelhada com batatinha a murro		
	CARNE	Favas à portuguesa		
3 ^a FEIRA	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Cação de coentrada com batata cozida e pão frito		
	CARNE	Arroz de pato no forno		
4 ^a FEIRA	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Caldeirada de peixe		
	CARNE	Bife de frango grelhado com arroz xau-xau		
5 ^a	SOPA			
FEIRA	PEIXE	Feriado		
	CARNE			
<u> </u>				
6 ^a FEIRA	SOPA	Legumes		
	PEIXE	Bacalhau à brás		
	CARNE	Bifanas grelhadas com arroz alegre		