

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	creme de brócolos	arroz de cenoura e feijão verde
DIA	Prato	almôndegas de aves estufadas	
	Sobremesa*	fruta da época	
3ª-feira	Sopa	de couve lombarda	arroz e salada
DIA	Prato	pescada estufada	
	Sobremesa*	fruta da época (pudim)	
4ª-feira	Sopa	de brócolos	
DIA	Prato	rancho de carnes	
	Sobremesa*	fruta da época	
5ª-feira	Sopa	creme de abóbora	salada russa (batata, cenoura e ervilhas)
DIA	Prato	abrótea no forno com molho de limão	
	Sobremesa*	fruta da época	
6ª-feira	Sopa	de com couve coração	salada de alface e cenoura
DIA	Prato	rojões com arroz e batata pala-pala	
	Sobremesa*	fruta da época	

*nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas  
\*variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor*



DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de legumes	
DIA	Prato	esparguete à bolonhesa	cenoura raspada
	Sobremesa*	fruta da época	
3ª-feira	Sopa	creme de abóbora	
DIA	Prato	filetes de pescada no forno	puré
	Sobremesa*	fruta da época ou doce (gelatina)	
4ª-feira	Sopa	de couve flor e cenoura	
DIA	Prato	massa de carnes à lavrador	
	Sobremesa*	fruta da época	
5ª-feira	Sopa	creme de vegetais	
DIA	Prato	douradinhos no forno	arroz de tomate e salada mista
	Sobremesa*	fruta da época	
6ª-feira	Sopa	de grão-de-bico com couve	
DIA	Prato	perninha de frango assada	arroz alegre [jardineira de legumes] e alface
	Sobremesa*	fruta da época	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas

\*variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor

### 16 de Novembro Dia Internacional para a Tolerância

criado pela **Assembleia Geral das Nações Unidas (ONU)** em 1996,  
com a intenção de combater todo e qualquer tipo de intolerância



**MUNICÍPIO DE SANTA COMBA DÃO**

Semana de 20 a 24 de Novembro de 2013

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de curgete e cenoura	
DIA	Prato	douradinhos	arroz de tomate e legumes
	Sobremesa*	fruta da época	
3ª-feira	Sopa	caldo verde	
DIA	Prato	rolo de carne	massa macarronete salteada
	Sobremesa*	fruta da época	
4ª-feira	Sopa	creme de legumes	
DIA	Prato	atum com feijão frade	salada de batata e feijão verde
	Sobremesa*	fruta da época ou iogurte	
5ª-feira	Sopa	de alho francês	
DIA	Prato	frango estufado com cenoura e ervilhas	arroz
	Sobremesa*	fruta da época	
6ª-feira	Sopa	de grão-de-bico com couve coração	
DIA	Prato	pescada assada	arroz e brócolos
	Sobremesa*	fruta da época	

*nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas  
\*variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor*

**Toponímia**

Em Portugal é assaz comum o nome de S. Martinho associado aos lugares. Luís Alves, num interessante artigo da Revista de Etnografia nº1 do Museu de Etnografia e História, em 1963, lista 67 topónimos simples (apenas S. Martinho) de lugares e povoações, e mais de 48 topónimos compostos (S. Martinho de...).



**MUNICÍPIO DE SANTA COMBA DÃO**

Semana de 27 de Novembro a 1 de Dezembro de 2013

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de brócolos	
DIA	Prato	hamburguer de aves estufado	arroz branco e cenoura raspada
	Sobremesa*	fruta da época	
3ª-feira	Sopa	de couve coração	
DIA	Prato	saladinha de peixe com ovo ralado	juliana de alface
	Sobremesa*	fruta da época ou gelatina	
4ª-feira	Sopa	de vegetais	
DIA	Prato	perna de peru assada	massa espiral e feijão verde
	Sobremesa*	fruta da época	
5ª-feira	Sopa	canja com massinhas	
DIA	Prato	filetes de pescada gratinados	arroz de couve e tomate
	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
6ª-feira	Sopa	<b>Feriado</b>	
DIA	Prato		
	Sobremesa*		

*nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas*

*\*variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor*



**Coroação de D. João IV (1908)**  
 Quadro de Veloso Salgado (1864- 1945)  
 Óleo sobre tela (325 x 285 cm)  
 Museu Militar (Sala Restauração), Lisboa