



EMENTA DSE

Dia	Almoço	Jantar
15-07-2017	Obóbó com peixe grelhado e salgado	Muqueca com arroz e ou farinha
	Polvo com banana cozida e/ou fruta-pão assada	Concon assado com fruta-pão assada
16-07-2017	Molho no fogo com banana	Peixe limão
	Estufado de carne com arroz	Peixe grelhado com arroz de coentro
17-07-2017	Caril a moda da terra com arroz	Costeleta com arroz e fruta-pão frita
	Carne salgada cozida, com tibercolos locais cozidos	Concon
18-07-2017	Polvo cucunudo com arroz de salsa e fruta frita	Escaldado com farofa e/ou banana assada
	Izaquente de azeite	Concon
19-07-2017	Feijão da terra com arroz	Caldeirada de peixe
	Frango assado no forno	Concon
20-07-2017	Molho de peixe salgado com banana e mandioca cozida	Peixe assado no forno com arroz
	Muqueca com farinha de mandioca e ou arroz	Concon
21-07-2017	Ufindi Maguita com farinha de mandioca	Arroz da Terra
		Concon