



EMENTA PETISQUEIRA SIMÃO PEDRO

Dia	Almoço	Jantar
15-07-2017	Peixe limão	Escaldado a moda da terra com farofa e banana Assada
	Bife com arroz	Concon Assado com fruta-pão assada
16-07-2017	Muqueca com arroz e/ou farinha	Arroz de pato
	Peixe Assado na panela a moda da terra com matabala	Bife de peixe com arroz de cenoura
17-07-2017	Ufindi Maguita com farinha	Arroz de polvo
	Filete de peixe com arroz de coentroS	
18-07-2017	Caril de frango da terra com arroz	Arroz da Terra
	Molho no fogo com banana	
19-07-2017	Catchupa	Polvo e/ou peixe grelhado com arroz e/ou fruta-pão
	Estufado de polvo com fruta-pão	
20-07-2017	Óbóbó com Peixe grelhado e/ou salgado	Peixe assado no forno com arroz de cenoura
	Caldeirada	
21-07-2017	Calulu de carne com ângu e/ou arroz	Caldeirada de peixe ou cabrito com arroz
	Molho de peixe salgado com banana	