

Ementa de 18 a 22 de novembro

2ª feira

Lanche da Manhã	Fruta, leite meio gordo, pão branco com queijo
Sopa	Abóbora e Grão
Prato Principal	Hambúrguer com Massa, Alface e Tomate
Prato Vegetariano	Massa com Grão de Bico Estufado, Repolho e Pimentos
Sobremesa	Fruta da época
Pão	Branco
Lanche da Tarde	Fruta, leite meio gordo, pão branco com manteiga

3ª feira

Lanche da Manhã	Fruta, iogurte e bolacha
Sopa	Sopa Juliana
Prato Principal	Pescada Enrolada no Forno com Arroz, Milho Doce e Ervilhas
Prato Vegetariano	Farfalle de Ervilhas com Cogumelos
Sobremesa	Fruta da época
Pão	Branco
Lanche da Tarde	Fruta, iogurte e bolacha

4ª feira

Lanche da Manhã	Fruta, leite meio gordo, pão integral com fiambre
Sopa	Brócolos e Alho Francês
Prato Principal	Picadinho de Porco c/ Batata Frita, Massa, Alface e Tomate
Prato Vegetariano	Chilli de Feijão Preto com Legumes e Massa
Sobremesa	Fruta da época
Pão	Integral
Lanche da Tarde	Fruta, leite meio gordo e cereais

5ª feira

Lanche da Manhã	Fruta, leite meio gordo e cereais
Sopa	Couve Flor e Courgete
Prato Principal	Bacalhau à Gomes Sá com Feijão Verde
Prato Vegetariano	Batata em Cebolada com Ovo e Feijão Verde
Sobremesa	Fruta da época
Pão	Mistura
Lanche da Tarde	Fruta, iogurte, pão de mistura com fiambre

6ª feira

Lanche da Manhã	Fruta, leite meio gordo, pão integral com manteiga
Sopa	Batata Doce e Repolho
Prato Principal	Arroz de Pato com Tomate
Prato Vegetariano	Empadão de Legumes
Sobremesa	Fruta da época
Pão	Integral
Lanche da Tarde	Fruta, iogurte e pão integral com queijo