



Destinatários: Salas A, B, C e D			
Ementa de Almoço			
13 a 17 de Dezembro de 2021			
		Sala A e B	Sala C e D
2ª Feira	Sopa	Legumes	Legumes
	Prato	Arroz malandrinho de peixe ⁵	Arroz malandrinho de peixe ⁵
	Sobremesa	Papa de Maçã / fruta da época	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Brócolos	Brócolos
	Prato	Bife de frango grelhado, com esparguete; salada de alface ²	Bife de frango grelhado, com esparguete; salada de alface ²
	Sobremesa	Papa de pêra / fruta da época	fruta da época
4ª Feira	Sopa	Creme de cenoura e alho francês	Creme de cenoura e alho francês
	Prato	Meia desfeita de pescada ; salada de tomate ^{2,5}	Meia desfeita de pescada ; salada de tomate ^{2,5}
	Sobremesa	Papa de 3 frutas (banana, maçã e pêra) / Salada de fruta	Salada de fruta
5ª Feira	Sopa	Couve lombarda	Couve lombarda
	Prato	Arroz de pato; cenoura ralada	Arroz de pato; salada mista
	Sobremesa	Papa de banana e laranja / Fruta da época	Fruta da Época
6ª Feira	Sopa	Batata-doce e cenoura	Batata-doce e cenoura
	Prato	Peixe vermelho no forno, com batata assada (rodela) e brócolos ⁵	Peixe vermelho no forno, com batata assada (rodela) e brócolos ⁵
	Sobremesa	Papa de maçã e laranja/ Fruta da época	Fruta da Época
Observações:			

Nutricionista, Jéssica Pinheiro
CP 2948N

"Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações"

1-Leite de Origem Animal e Derivados 2 – Cereais com Glúten 3-Ovo 4-Frutos de Casca rija 5-Peixe 6-Marisco 7 –Soja