



| Destinatários: Salas A, B, C e D<br>Ementa de Almoço<br>24 a 28 de Outubro de 2022 |           |   |  |
|--|-----------|---|--|
|  |           | Sala A e B  | Sala C e D   |
| 2ª Feira   | Sopa      | Creme de legumes  | Creme de legumes   |
|  | Prato     | Arroz de peru com legumes (cenoura e ervilhas)                        | Arroz de peru com legumes (cenoura e ervilhas)                         |
|  | Sobremesa | Papa de pêra e laranja/Pêra   | Pêra   |
|  |           |   |  |
| 3ª Feira   | Sopa      | Chuchu  | Chuchu   |
|  | Prato     | Massada de maruca; salada de cenoura <sup>2,5</sup>                   | Massada de maruca; salada de Cenoura <sup>2,5</sup>                    |
|  | Sobremesa | Papa de banana / banana   | Banana   |
|  |           |   |  |
| 4ª Feira   | Sopa      | Juliana   | Juliana  |
|  | Prato     | Bife de frango grelhado com batata cozida; salada de alface           | Bife de frango grelhado com batata cozida; salada de alface alface     |
|  | Sobremesa | Puré de maçã/maçã assada  | Maçã assada  |
|  |           |   |  |
| 5ª Feira   | Sopa      | Couve portuguesa  | Couve portuguesa   |
|  | Prato     | Douradinhos, com massa tricolor; salada mista <sup>1,2,3,,5,6,7</sup> | Douradinhos, com massa tricolor; salada mista <sup>1,2,3,4,5,6,7</sup> |
|  | Sobremesa | Papa de banana e laranja / laranja                                    | Laranja  |
|  |           |   |  |
| 6ª Feira   | Sopa      | Espinafres e cenoura  | Espinafres e cenoura   |
|  | Prato     | Arroz de pato; salada mista   | Arroz de pato; salada mista  |
|  | Sobremesa | Papa de maçã/ maçã  | Maçã   |
| 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