



| Destinatários: Salas A, B, C e D | | | |
|----------------------------------|-----------|--|---|
| Ementa de Almoço | | | |
| 2 a 6 de Janeiro de 2023 | | | |
| | | Sala A e B | Sala C e D |
| 2ª Feira | Sopa | Legumes | Legumes |
| | Prato | Salmão assado no forno com batata assada e brócolos ⁵ | Salmão assado no forno com batata assada e brócolos ⁵ |
| | Sobremesa | Papa de Maçã / fruta da época | Maçã |
| | | | |
| 3ª Feira | Sopa | Creme de cenoura e ervilha | Creme de cenoura e ervilha |
| | Prato | Frango assado com esparguete e legumes ² | Frango assado com esparguete e legumes ² |
| | Sobremesa | Papa de pêra / fruta da época | Pêra |
| | | | |
| 4ª Feira | Sopa | Alho francês | Alho francês |
| | Prato | Empadão de peixe; salada de alface ^{1,3,5} | Empadão de peixe; salada de alface ^{1,3,5} |
| | Sobremesa | Papa de 3 frutas (banana, maçã e pêra) / Salada de fruta | Salada de fruta |
| | | | |
| 5ª Feira | Sopa | Cenoura | Cenoura |
| | Prato | Coelho estufado, com arroz; brócolos | Coelho estufado, com arroz; brócolos |
| | Sobremesa | Papa de banana e laranja / fruta da época | Laranja |
| | | | |
| 6ª Feira | Sopa | Batata-doce e espinafres | Batata-doce e espinafres |
| | Prato | Filetes de pescada no forno, com batata assada (rodela) e legumes ^{2,5} | Filetes de pescada no forno com broa, com batata assada (rodela) e legumes ^{2,5} |
| | Sobremesa | Papa de pêra/fruta da época | Banana |
| 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