



Destinatários: Salas A, B, C e D			
Ementa de Almoço			
30 de Janeiro a 3 de Fevereiro de 2023			
		Sala A e B	Sala C e D
2ª Feira	Sopa	Legumes	Legumes
	Prato	Arroz de paloco ^{2,5}	Arroz de paloco ^{2,5}
	Sobremesa	Papa de pera / pêra	pêra
3ª Feira	Sopa	Creme de cenoura e ervilha	Creme de cenoura e ervilha
	Prato	Frango estufado com cenoura e ervilhas, com esparguete ; salada ²	Frango estufado com cenoura e ervilhas, com esparguete ; salada ²
	Sobremesa	Papa de maçã / maçã	maçã
4ª Feira	Sopa	Alho francês	Alho francês
	Prato	Caldeirada de peixe ⁵	Caldeirada de peixe ⁵
	Sobremesa	Papa de 3 frutas (banana, maçã e laranja) / Salada de fruta	Salada de fruta
5ª Feira	Sopa	Cenoura	Cenoura
	Prato	Bife de peru grelhado com arroz de ervilhas; Salada	Bife de peru grelhado com arroz de ervilhas; Salada
	Sobremesa	Papa de banana e pêra/ banana	banana
6ª Feira	Sopa	Batata-doce e espinafres	Batata-doce e espinafres
	Prato	Esparguete à bolonhesa de atum; salada ^{2,5}	Esparguete à bolonhesa de atum; salada ^{2,5}
	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