



Destinatários Salas B, C e D			
Ementa (3): Almoço			
04/01/2021 a 08/01/2021			
		Sala B	Sala C e D
2ª Feira	Sopa	Sopa de cenoura	Sopa de cenoura
	Prato	Picadinho de carne (porco) c/ arroz malandro legumes e feijão	Costeleta grelhada c/ arroz malandro de legumes e alface
	Sobremesa	Papa de Pêra / Pêra	Pêra
3ª Feira	Sopa	Sopa de penca	Sopa de penca
	Prato	Peixe desfiado (pescada) c/ massinhas e feijão-verde (1)	Lasanha de bacalhau c/ feijão-verde (2)
	Sobremesa	Papa de banana / Maça assada	Maça assada
4ª Feira	Sopa	Caldo Verde	Caldo Verde
	Prato	Arroz de cenoura malandrinho c/ frango desfiado	Coxa de frango assada c/ arroz de cenoura e salada de pepino (3)
	Sobremesa	Papa de maça / Fruta da Época	Fruta da Época
5ª Feira	Sopa	Sopa de abóbora	Sopa de abóbora
	Prato	Peixe desfiado (maruca) c/ batatinhas e legumes cozidos (4)	Peixe-espada grelhado c/ batata cozida e legumes salteados (5)
	Sobremesa	Papa banana, pêra (e laranja) / Kiwi	Kiwi
6ª Feira	Sopa	Juliana de legumes	Juliana de legumes
	Prato	Esparguete à Bolonhesa (vaca) e cenoura ralada (6)	Esparguete à Bolonhesa (vaca) c/ salada mista (7)
	Sobremesa	Papa de maça e pêra /Banana	Banana
Ementa elaborada por: Dinora Bastos (Nutricionista)			

ALERGÉNIOS:

(1), (2), (4) e (5) Peixe; (1), (2) e (6) e (7) Glúten; (1), (2), (6) e (7) Ovo; (2) Leite; (2) Soja; (3), (6) e (7) Sulfitos.