



Destinatários: Salas A, B, C e D Ementa de Almoço 22 a 26 de Novembro de 2021			
		Sala A e B	Sala C e D
2ª Feira	Sopa	Juliana	Juliana
	Prato	Salada russa com filetes de pescada no forno panados ^{3,5}	Salada russa com filetes de pescada no forno panados ^{3,5}
	Sobremesa	Papa de Maçã / Maçã	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Brócolos	Brócolos
	Prato	Lombo de porco estufado (ao natural), com arroz de ervilhas e salada de alface ²	Lombo de porco estufado (ao natural), com arroz de ervilhas e salada de alface ²
	Sobremesa	Papa de pêra/pêra	Fruta da época
4ª Feira	Sopa	Feijão branco	Feijão branco
	Prato	Esparguete à bolonhesa de atum; salada de tomate ^{2,5}	Esparguete à bolonhesa de atum; salada de tomate ^{2,5}
	Sobremesa	Papa de banana e laranja/ gelatina de iogurte ¹ / fruta da época	Gelatina de iogurte ¹
5ª Feira	Sopa	Couve branca	Couve branca
	Prato	Bifinhos de frango grelhados, com arroz de cenoura; salada de alface	Bifinhos de frango grelhados, com arroz de cenoura; salada de alface
	Sobremesa	Papa de pêra / Fruta da Época	Fruta da Época
6ª Feira	Sopa	Abóbora	Abóbora
	Prato	Dourada no forno, com batata assada (rodela) e brócolos ⁵	Dourada no forno, com batata assada (rodela) e brócolos ⁵
	Sobremesa	Papa de banana/banana	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