



Destinatários: Salas A, B, C e D			
Ementa de Almoço			
24 a 28 de Janeiro de 2022			
		Sala A e B	Sala C e D
2ª Feira	Sopa	Creme de legumes	Creme de legumes
	Prato	Empadão de carnes; salada de alface <sup>1,3</sup>	Empadão de carnes; salada de alface <sup>1,3</sup>
	Sobremesa	Papa de Pêra e laranja/fruta da época	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Chuchu	Chuchu
	Prato	Arroz de tentáculos; salada de tomate <sup>5</sup>	Arroz de tentáculos; salada de tomate <sup>5</sup>
	Sobremesa	Papa de Pêra / Pêra	Fruta da época
4ª Feira	Sopa	Juliana	Juliana
	Prato	Ovos recheados (com frango, com massa tricolor; salada <sup>1,2,3,5</sup>	Ovos recheados (com frango, com massa tricolor; salada <sup>1,2,3,5</sup>
	Sobremesa	Puré de maçã/maçã assada	Maçã assada
5ª Feira	Sopa	Couve portuguesa	Couve portuguesa
	Prato	Lombinhos de pescada no forno, com batata assada e legumes <sup>5</sup>	Lombinhos de pescada no forno, com batata assada e legumes <sup>5</sup>
	Sobremesa	Papa de banana e laranja / Fruta da Época	Fruta da Época
6ª Feira	Sopa	Espinafres e cenoura	Espinafres e cenoura
	Prato	Coelho estufado (desfiado), com arroz; salada mista	Coelho estufado, com arroz; salada mista
	Sobremesa	Papa de maçã/fruta da época	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