



Destinatários: Salas A, B, C e D			
Ementa de Almoço			
14 a 18 de Março de 2022			
		Sala A e B	Sala C e D
2ª Feira	Sopa	Creme de ervilhas	Creme de ervilhas
	Prato	Salada russa com atum e ovo ^{3,5}	Salada russa com atum e ovo ^{3,5}
	Sobremesa	Papa de maçã/maçã assada	Maçã assada
3ª Feira	Sopa	Curgete	Curgete
	Prato	Lombo de porco assado no forno, com arroz de cenoura; salada	Lombo de porco assado no forno, com arroz de cenoura; salada
	Sobremesa	Papa de pêra / Fruta da época	Fruta da época
4ª Feira	Sopa	Caldo-verde	Caldo-verde
	Prato	Peixe-espada grelhado, com batata cozida; salada ⁵	Peixe-espada grelhado, com batata cozida; salada ⁵
	Sobremesa	Puré de banana e laranja/ Fruta da época	Fruta da época
5ª Feira	Sopa	Cenoura e cebola	Cenoura e cebola
	Prato	Bife de frango grelhado, com arroz de ervilhas; salada	Bife de frango grelhado, com arroz de ervilhas; salada
	Sobremesa	Papa de pêra / Fruta da Época	Fruta da Época
6ª Feira	Sopa	Agrião	Agrião
	Prato	Empadão de peixe; salada ^{1,3,5}	Empadão de peixe; salada ^{1,3,5}
	Sobremesa	Papa de banana/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