

| Destinatários: Salas A, B, C e D | | | |
|---|-----------|---|--|
| Ementa (6): Almoço | | | |
| 19/ 12 /2016 a 23 / 12/ 2016 | | | |
| | | Sala A e B | Sala C e D |
| 2ª Feira | Sopa | Creme de cenoura | Creme de cenoura |
| | Prato | Saladinha de peixe (Maruca) (1) | Maruca c/ todos (2) |
| | Sobremesa | Papa de Maça / Laranja | Laranja |
| | | | |
| 3ª Feira | Sopa | Sopa de branca | Sopa de branca |
| | Prato | Frango desfiado c/ arroz alegre | Peito de frango grelhado c/ arroz alegre |
| | Sobremesa | Papa de pêra e banana / Fruta da Época | Fruta da Época |
| | | | |
| 4ª Feira | Sopa | Sopa de agrião | Sopa de agrião |
| | Prato | Peixe desfiado (abrótea) c/ macedónia (3) | Salada Russa de atum c/ salada de pepino (4) |
| | Sobremesa | Papa de maça (e laranja) / Pêra assada | Mousse |
| | | | |
| 5ª Feira | Sopa | Sopa de alface | Sopa de alface |
| | Prato | Carne picada (porco e peru) c/ arroz malandro e legumes cozidos | Grelhada mista (porco e peru) c/ arroz de ervilhas e salada de alface e couve roxa (5) |
| | Sobremesa | Papa de pêra /Salada de fruta (kiwi, laranja, maça e banana) | Salada de fruta (kiwi, laranja, maça e banana) |
| | | | |
| 6ª Feira | Sopa | Sopa de ervilhas | Sopa de ervilhas |
| | Prato | Peixe desfiado (pescada) c/ massa e cenoura cozida (6) | Filetes de pescada estufada c/ massa salada mista (7) |
| | Sobremesa | Papa de maça e pêra / Ananás | Ananás |
| | | | |
| Ementa elaborada por: Dinora Bastos (Nutricionista) | | | |

ALERGÉNIOS:

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