



Destinatários: Salas A, B, C e D Ementa de Almoço 14 a 18 de Novembro de 2022			
		Sala A e B	Sala C e D
2ª Feira	Sopa	Legumes	Legumes
	Prato	Massada de frango, com cenoura e ervilhas <sup>2</sup>	Massada de frango, com cenoura e ervilhas <sup>2</sup>
	Sobremesa	Papa de pêra e maçã/ fruta da época	Pêra
3ª Feira	Sopa	Espinafres	Espinafres
	Prato	Paloco à gomes de Sá <sup>3,5</sup>	Paloco à gomes de Sá <sup>3,5</sup>
	Sobremesa	Papa de banana /banana	Banana
4ª Feira	Sopa	Creme de curgete	Creme de curgete
	Prato	Arroz à valenciana; legumes	Arroz à valenciana; legumes
	Sobremesa	Papa de banana e laranja/fruta da época	Laranja
5ª Feira	Sopa	Espinafres	Espinafres
	Prato	Massada de peixe (pescada e maruca); salada de alface <sup>2,5</sup>	Massada de peixe (pescada e maruca); salada de alface <sup>2,5</sup>
	Sobremesa	Papa maçã /maçã	Maçã assada com canela
6ª Feira	Sopa	Cenoura e salsa	Cenoura e salsa
	Prato	Tirinhas de Perú salteadas, com arroz de tomate; salada de cenoura	Tirinhas de Perú salteadas, com arroz de tomate; salada de cenoura
	Sobremesa	Papa pêra/ pêra	Uva
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