



Destinatários: Salas A, B, C e D			
Ementa de Almoço			
4 a 8 de Outubro de 2021			
		Sala A e B	Sala C e D
2ª Feira	Sopa	Legumes	Legumes
	Prato	Arroz malandrinho de peixe <sup>5</sup>	Arroz malandrinho de peixe <sup>5</sup>
	Sobremesa	Papa de Maçã / Maçã	Maçã
3ª Feira	Sopa	FERIADO	
	Prato		
	Sobremesa		
4ª Feira	Sopa	Creme de cenoura e alho francês	Creme de cenoura e alho francês
	Prato	Esparguete à bolonhesa de atum; salada de tomate <sup>2,5</sup>	Esparguete à bolonhesa de atum; salada de tomate <sup>2,5</sup>
	Sobremesa	Papa de 3 frutas (banana, maçã e pêra) / Salada de fruta	Salada de fruta
5ª Feira	Sopa	Couve lombarda	Couve lombarda
	Prato	Arroz de pato; cenoura ralada	Arroz de pato; salada mista
	Sobremesa	Papa de banana e laranja / Fruta da época	Laranja
6ª Feira	Sopa	Batata-doce e cenoura	Batata-doce e cenoura
	Prato	Filetes de pescada no forno (desfiados), com batata assada (rodelas) e brócolos <sup>2,5</sup>	Filetes de pescada no forno com broa, com batata assada (rodelas) e brócolos <sup>2,5</sup>
	Sobremesa	Para de 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