



| Destinatários Salas B, C e D | | | |
|---|-----------|--|---|
| Ementa (1): Almoço | | | |
| 14/12/2020 a 18/12/2020 | | | |
| | | Sala B | Sala C e D |
| 2ª Feira | Sopa | Sopa Couve-galega | Sopa Couve-galega |
| | Prato | Peru desfiado c/ arroz de legumes | Peito de peru grelhado c/ arroz e salada mista (1) |
| | Sobremesa | Papa de Pêra / Pêra | Pêra |
| | | | |
| 3ª Feira | Sopa | Sopa de nabo | Sopa de nabo |
| | Prato | Peixe desfiado (pescada) c/ batata e esparregado de feijão-verde (2) | Lombos de pescada no forno c/ batata e salada de tomate (3) |
| | Sobremesa | Papa de banana / Fruta da Época | Fruta da Época |
| | | | |
| 4ª Feira | Sopa | Caldo Verde | Caldo Verde |
| | Prato | Massa de carne (frango) c/ cenoura (4) | Massa de carne (frango) c/ cenoura (4) |
| | Sobremesa | Papa de maçã / Maçã assada | Maçã assada ou Gelatina |
| | | | |
| 5ª Feira | Sopa | Sopa de alface c/ grão | Sopa de alface c/ grão |
| | Prato | Arroz de peixe (pescada + maruca) e brócolos (5) | Douradinhos c/ arroz e Brócolos (6) |
| | Sobremesa | Papa banana, pêra (e laranja) / Ananás | Ananás |
| | | | |
| 6ª Feira | Sopa | Sopa de espinafres | Sopa de espinafres |
| | Prato | Esparguete á napolitana (vaca) c/ salada mista (7) | Esparguete á napolitana (vaca) c/ salada mista (7) |
| | Sobremesa | Papa de maçã e pêra / Banana | Banana |
| | | | |
| Ementa elaborada por: Dinora Bastos (Nutricionista) | | | |

ALERGÉNIOS:

(1), (2), (3) e (7) Sulfitos; (4), (6) e (7) Glúten; (4), (6) e (7) Ovo; (2), (3), (5) e (6) Peixe; (6) Leite; (6) Soja; (6) Aipo; (6) Mostarda; (6) Crustáceos; (6) Molusco.