



**Destinatários AAAF + CATL**  
**Ementa (1): Almoço**  
**24 a 28 de Julho de 2023**

<b>2ª Feira</b>	<b>Sopa</b>	Cenoura e couve branca
	<b>Prato</b>	Strogonoff de peru, com cogumelos*, com arroz de cenoura; salada (* sem natas)
	<b>Sobremesa</b>	Papa de pêra / Pêra
<b>3ª Feira</b>	<b>Sopa</b>	Feijão-verde
	<b>Prato</b>	Douradinhos no forno com batata assada; legumes assados <sup>5</sup>
	<b>Sobremesa</b>	Papa de maçã / Maçã
<b>4ª Feira</b>	<b>Sopa</b>	Creme de grão de bico
	<b>Prato</b>	Bifinhos de peru grelhados, com massa ; salada <sup>2</sup>
	<b>Sobremesa</b>	Papa de 3 frutas/ Salada de fruta
<b>5ª Feira</b>	<b>Sopa</b>	Espinafres
	<b>Prato</b>	Arroz de peixe (pescada e peixe vermelho); salada <sup>5</sup>
	<b>Sobremesa</b>	Papa de banana e laranja /Laranja
<b>6ª Feira</b>	<b>Sopa</b>	Legumes
	<b>Prato</b>	Bifinhos de frango grelhados, com esparguete; salada <sup>2,5</sup>
	<b>Sobremesa</b>	Papa de maçã/ Morangos

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