



Destinatários: Salas A, B, C e D			
Ementa de Almoço			
26 a 30 de Dezembro de 2022			
		Sala A e B	Sala C e D
2ª Feira	Sopa	Macedónia	Macedónia
	Prato	Almôndegas com esparguete; salada	Almôndegas com esparguete; salada
	Sobremesa	Papa de pêra / Pêra	Pêra
3ª Feira	Sopa	Espinafres	Espinafres
	Prato	Peixe espada preto assado no forno, com batata; salada ⁵	Peixe espada preto assado no forno, com batata; salada ⁵
	Sobremesa	Papa de banana e Kiwi / Kiwi	Kiwi
4ª Feira	Sopa	Chuchu	Chuchu
	Prato	Coxas de frango com arroz de cenoura; salada	Coxas de frango com arroz de cenoura; salada
	Sobremesa	Papa de maçã/ Maçã	Maçã assada
5ª Feira	Sopa	Batata doce e abóbora	Batata doce e abóbora
	Prato	Massada de peixe; salada	Massada de peixe; salada
	Sobremesa	Papa de banana e tangerina/ Tangerina	Tangerina
6ª Feira	Sopa	Caldo verde	Caldo verde
	Prato	Omelete de queijo e fiambre com arroz primavera; salada	Omelete de queijo e fiambre com arroz primavera; salada
	Sobremesa	Papa de pêra e maçã/ Salada de fruta	Salada de fruta
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