



Destinatários: Salas A, B, C e D			
Ementa de Almoço			
6 a 10 de Novembro de 2023			
		Sala A e B	Sala C e D
2ª Feira	Sopa	Legumes	Legumes
	Prato	Massada de frango, com cenoura e ervilhas ²	Massada de frango, com cenoura e ervilhas ²
	Sobremesa	Papa de pêra e maçã/ pêra	Pêra
3ª Feira	Sopa	Espinafres	Espinafres
	Prato	Paloco à gomes de Sá ^{3,5}	Paloco à gomes de Sá ^{3,5}
	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/laranja	Laranja
5ª Feira	Sopa	Espinafres	Espinafres
	Prato	Massada de peixe (pescada e peixe vermelho); salada de alface ^{2,5}	Massada de peixe (pescada e peixe vermelho); salada de alface ^{2,5}
	Sobremesa	Papa maçã /maçã	Maçã assada com canela
6ª Feira	Sopa	Cenoura e salsa	Cenoura e salsa
	Prato	Tirinhas de Perú salteadas com cogumelos, com arroz de tomate; salada de cenoura	Tirinhas de Perú salteadas com cogumelos, com arroz de tomate; salada de cenoura
	Sobremesa	Papa pêra/ uva	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