

Ementa



Ano letivo 2014-2015

SEMANA 3

Segunda-feira

- SOPA CREME DE CENOURA
PRATO BIFE DE FRANGO GRELHADO COM ARROZ DE ERVILHAS
SALADA ALFACE E TOMATE
SOBREMESA FRUTA DA ÉPOCA
LANCHE LETE DI, PÃO COM QUEIJO

Terça-feira

- SOPA FEIJÃO ENCARNADO E COUVE PORTUGUESA
PRATO CORVINA NO FORNO COM ARROZ DE TOMATE
SALADA ALFACE E CENOURA
SOBREMESA FRUTA DA ÉPOCA
LANCHE FRUTA, BOLACHA E IOGURTE

Quarta-feira

- SOPA CREME DE ABÓBORA E COURGETTE
PRATO EMPADÃO DE NOVILHO
SALADA PEPINO E TOMATE
SOBREMESA FRUTA DA ÉPOCA
LANCHE LEITE DI, PÃO DE LEITE COM MANTEIGA

Quinta-feira

- SOPA GRÃO COM ESPINAFRES
PRATO SALADA DE MARUCA COZIDA COM BATATA, CENOURA E FEIJÃO VERDE
SALADA
SOBREMESA FRUTA DA ÉPOCA
LANCHE LEITE DI, PÃO COM FIAMBRE

Sexta-feira

- SOPA FEIJÃO VERDE
PRATO PERNA DE PERU CORADA COM MASSA ESPIRAL TRICOLOR
SALADA TOMATE
SOBREMESA FRUTA DA ÉPOCA
LANCHE FRUTA, BOLACHAS E IOGURTE

Observação I: Uma vez por semana é permitido a substituição de uma peça de fruta por uma sobremesa/doce.
Observação II: A ementa poderá sofrer alterações sempre que os critérios de qualidade assim o exigirem.