

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE BARRANCOS
COD. 135010

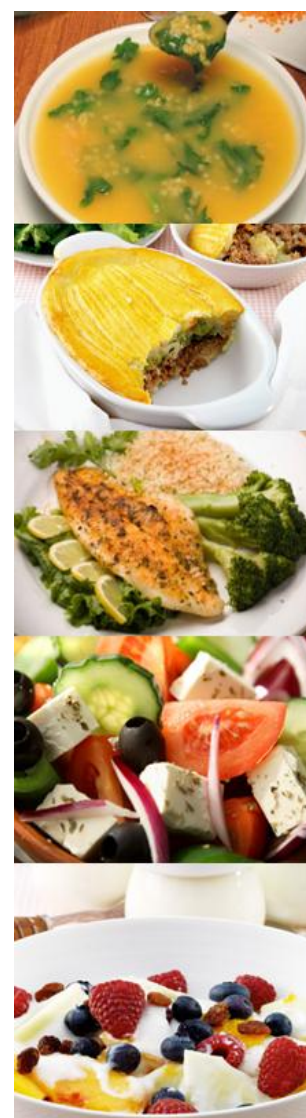
DIREÇÃO-GERAL DOS ESTABELECIMENTOS ESCOLARES
DIREÇÃO DE SERVIÇOS DA REGIÃO ALENTEJO

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

18 a 22 de janeiro de 2016

2ª Feira	Sopa:	Espinafres
	Prato:	Panadinhos de frango com arroz de cenoura
	Salada:	Alface, cebola e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
3ª Feira	Sopa:	Couve-flor
	Prato:	Pescada cozida com batata e legumes
	Salada:	Alface, cenoura ralada e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
4ª Feira	Sopa:	Alho-francês
	Prato:	Cozido de Grão
	Salada:	Alface, cenoura ralada e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
5ª Feira	Sopa:	Brócolos
	Prato:	Arroz de Polvo
	Salada:	Agrião, tomate e cenoura ralada
	Sobremesa:	Fruta da Época/Gelatina
6ª Feira	Sopa:	Repolho
	Prato:	Lombo assado com batatinhas
	Salada:	Alface, tomate e pimento
	Sobremesa:	Fruta da Época



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!