

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

13 a 17 de fevereiro de 2017

2ª Feira	Sopa:	Couve-flor
	Prato:	Peixe cozido com batata, ovo cozido e legumes
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
3ª Feira	Sopa:	Espinafres
	Prato:	Massa com carne estufada
	Salada:	Alface, cenoura ralada e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
4ª Feira	Sopa:	Creme de cenoura
	Prato:	Filetes com arroz de feijão
	Salada:	Alface, cenoura ralada e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
5ª Feira	Sopa:	Sopa do cozido
	Prato:	Cozido à Portuguesa
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
6ª Feira	Sopa:	Agrião
	Prato:	Feijoada de Chocos
	Salada:	Tomate, cenoura ralada e alface
	Sobremesa:	Fruta da Época



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!

Nota: Ementa sujeita a alterações.