

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

19 a 23 de dezembro de 2016

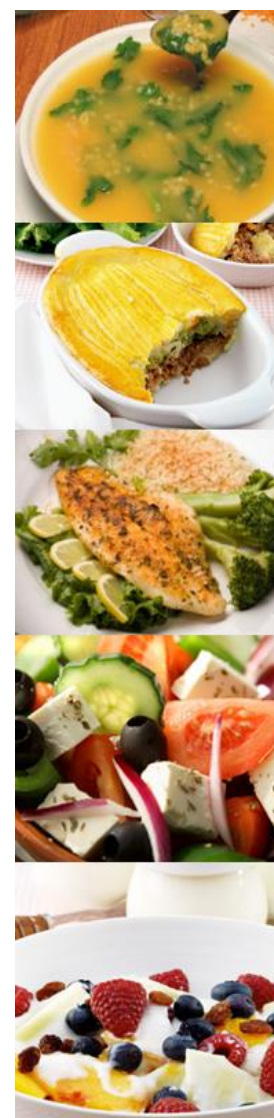
2ª Feira Sopa: Brócolos
 Prato: Caldeirada de lulas
 Salada: Alface, cenoura ralada e tomate
 Sobremesa: Fruta da Época

3ª Feira Sopa: Espinafres
 Prato: Carne à Alentejana
 Salada: Alface, cebola e tomate
 Sobremesa: Fruta da Época

4ª Feira Sopa: Alho-francês
 Prato: Bacalhau Espiritual
 Salada: Alface, cenoura ralada e tomate
 Sobremesa: Fruta da Época

5ª Feira Sopa: Canja
 Prato: Ovo com salsicha e batatinhas
 Salada: Alface, tomate e cebola
 Sobremesa: Fruta da Época/gelatina

6ª Feira Sopa: Agrião
 Prato: Feijão-frade com atum
 Salada: Tomate, cenoura ralada e alface
 Sobremesa: Fruta da Época



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!

Nota: Ementa sujeita a alterações.