

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

7 a 11 de novembro de 2016

2ª Feira	Sopa:	Couve-flor
	Prato:	Pescada frita com arroz de tomate
	Salada:	Alface, cebola e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
3ª Feira	Sopa:	Alho-francês
	Prato:	Carne à Jardineira
	Salada:	Alface, pimento e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
4ª Feira	Sopa:	Espinafres
	Prato:	Feijoada de Chocos
	Salada:	Alface, cebola e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
5ª Feira	Sopa:	Brócolos
	Prato:	Almondegas com arroz branco
	Salada:	Alface, cenoura ralada e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
6ª Feira	Sopa:	Coentros
	Prato:	Bacalhau à Gomes Sá
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!

Nota: Ementa sujeita a alterações.