

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

16 a 20 de outubro de 2017

2ª Feira Sopa: Creme de Cenoura
 Prato: Carne à Jardineira
 Salada: Alface, tomate e cebola
 Sobremesa: Fruta da Época/Salada de fruta

Dia Mundial da Alimentação - 16 de outubro

3ª Feira Sopa: Agrião
 Prato: Arroz de Polvo
 Salada: Alface, cenoura ralada e tomate
 Sobremesa: Fruta da Época/Melão

4ª Feira Sopa: Espinafres
 Prato: Esparguete à Bolonhesa
 Salada: Alface, cenoura ralada e tomate
 Sobremesa: Fruta da Época/Abacaxi

5ª Feira Sopa: Brócolos
 Prato: Bacalhau à Brás
 Salada: Alface, cebola e tomate
 Sobremesa: Fruta da Época/Gelatina

6ª Feira Sopa: Alho-francês
 Prato: Cozido de grão
 Salada: Tomate, cebola e alface
 Sobremesa: Fruta da Época



Nota: Ementa sujeita a alterações.