

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

18 a 22 de fevereiro de 2019

2ª Feira	Sopa:	Agrião
	Prato:	Pastéis e rissóis com arroz de cenoura
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
3ª Feira	Sopa:	Espinafres
	Prato:	Frango assado com batatinhas
	Salada:	Alface, cenoura ralada e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
4ª Feira	Sopa:	Alho-francês
	Prato:	Arroz de Marisco
	Salada:	Alface, cebola e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
5ª Feira	Sopa:	Brócolos
	Prato:	Feijão guisado com carne
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
6ª Feira	Sopa:	Ervilhas
	Prato:	Bacalhau Espiritual
	Salada:	Alface, tomate e cenoura ralada
	Sobremesa:	Fruta da Época



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!

Nota: Ementa sujeita a alterações.