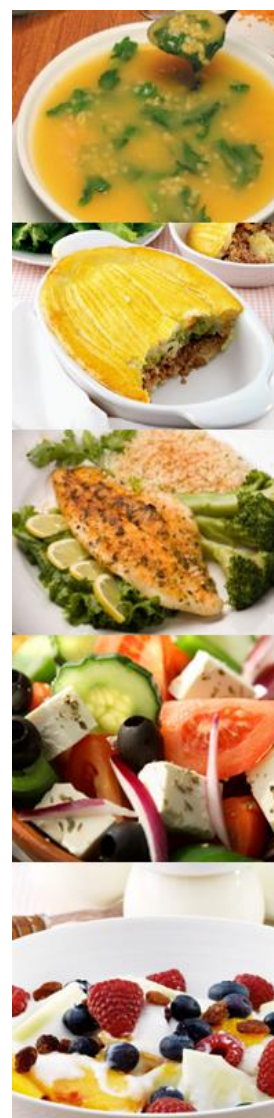


**Alimentação Saudável Jovens Saudáveis**

# Ementa da Semana

## 11 a 15 de novembro de 2019

<b>2ª Feira</b>	Sopa:	Agrião
	Prato:	Bifinhos com cogumelos e natas, com arroz
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
<b>3ª Feira</b>	Sopa:	Espinafres
	Prato:	Feijão-frade com atum e ovo cozido
	Salada:	Tomate, cenoura ralada e alface
	Sobremesa:	Fruta da Época
<b>4ª Feira</b>	Sopa:	Brócolos
	Prato:	Almondegas com esparguete
	Salada:	Alface, pimento e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
<b>5ª Feira</b>	Sopa:	Nabiça
	Prato:	Choquinhos fritos com batata cozida
	Salada:	Tomate, cebola e alface
	Sobremesa:	Fruta da Época
<b>6ª Feira</b>	Sopa:	Creme de cenoura
	Prato:	Carne à Alentejana
	Salada:	Tomate, cebola e alface
	Sobremesa:	Fruta da Época



**Bom Apetite!**

**Bon Appétit!**

**Enjoy Your Meal!**

**Buen Provecho!**

Nota: Ementa sujeita a alterações.