

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

14 a 18 de outubro de 2019

2ª Feira	Sopa:	Agrião
	Prato:	Panadinhos com arroz de cenoura
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
3ª Feira	Sopa:	Alho-francês
	Prato:	Caldeirada de Cação
	Salada:	Alface, cenoura ralada e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
4ª Feira	Sopa:	Espinafres
	Prato:	Massa espiral com fiambre, queijo e cogumelos
	Salada:	Alface, cebola e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
5ª Feira	Sopa:	Feijão-verde
	Prato:	Feijoada de Chocos
	Salada:	Alface, tomate e cenoura ralada
	Sobremesa:	Fruta da Época
6ª Feira	Sopa:	Legumes
	Prato:	Cozido à Portuguesa
	Salada:	Tomate, cebola e alface
	Sobremesa:	Fruta da Época



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!

Nota: Ementa sujeita a alterações.