

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

6 a 10 de janeiro de 2020

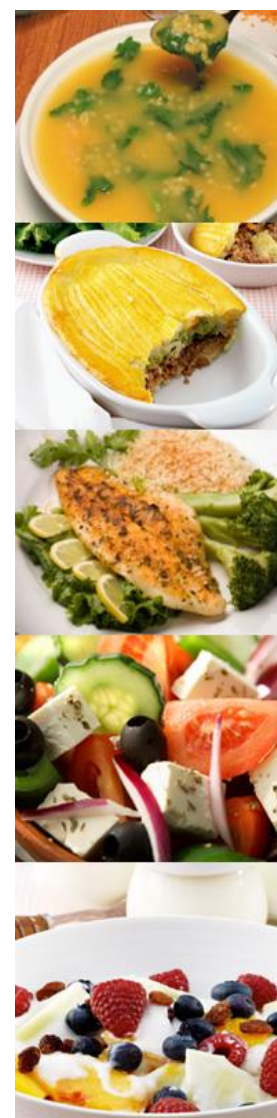
2ª Feira Sopa: Canja
 Prato: Carne estufada com esparguete
 Salada: Alface, tomate e cebola
 Sobremesa: Fruta da Época

3ª Feira Sopa: Agrião
 Prato: Feijão com cogumelos e chouriço
 Salada: Tomate, cenoura ralada e alface
 Sobremesa: Fruta da Época

4ª Feira Sopa: Espinafres
 Prato: Arroz de Frango
 Salada: Alface, cebola e tomate
 Sobremesa: Fruta da Época

5ª Feira Sopa: Coentros
 Prato: Bacalhau à Brás
 Salada: Tomate, cenoura ralada e alface
 Sobremesa: Fruta da Época

6ª Feira Sopa: Brócolos
 Prato: Bifes em cebolada com puré de batata
 Salada: Tomate, cebola e alface
 Sobremesa: Fruta da Época



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!

Nota: Ementa sujeita a alterações.