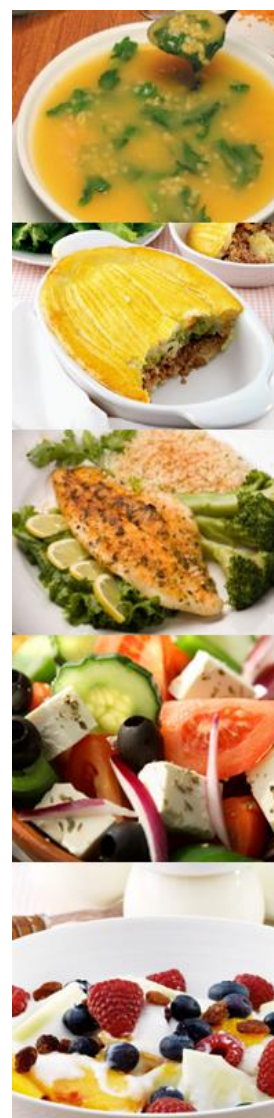


Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

11 a 15 de janeiro de 2021

2ª Feira	Sopa:	Agrião
	Prato:	Carne com tomate e esparguete
	Salada:	Alface, tomate e pimento
	Sobremesa:	Fruta da Época
3ª Feira	Sopa:	Espinafres
	Prato:	Carapau frito com arroz de feijão
	Salada:	Alface, cebola e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
4ª Feira	Sopa:	Coentros
	Prato:	Frango estufado com batata e cenoura
	Salada:	Alface, cenoura ralada e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
5ª Feira	Sopa:	Legumes
	Prato:	Feijão-frade com atum e ovo cozido
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
6ª Feira	Sopa:	Feijão-verde
	Prato:	Entrecosto no forno com batatinhas
	Salada:	Tomate, cenoura ralada e alface
	Sobremesa:	Fruta da Época



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!

Nota: Ementa sujeita a alterações.