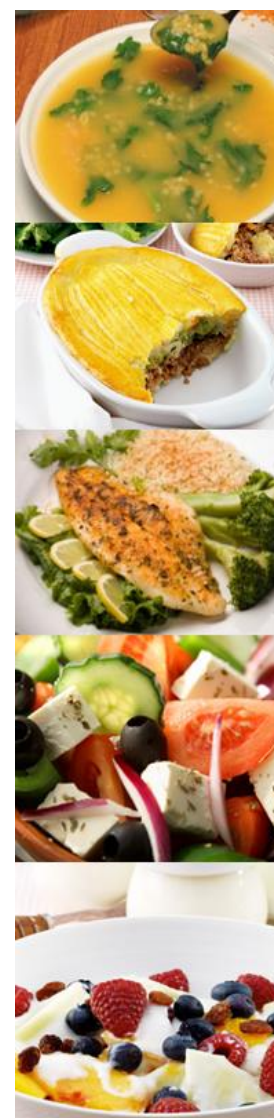


**Alimentação Saudável Jovens Saudáveis**

# Ementa da Semana

## 14 a 18 de dezembro de 2020

<b>2ª Feira</b>	Sopa:	Brócolos
	Prato:	Carne com tomate e batatinhas
	Salada:	Alface, tomate e cenoura ralada
	Sobremesa:	Fruta da Época
<b>3ª Feira</b>	Sopa:	Espinafres
	Prato:	Meia-desfeita de Bacalhau
	Salada:	Alface, cebola e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
<b>4ª Feira</b>	Sopa:	Alho-francês
	Prato:	Frango estufado com arroz branco
	Salada:	Alface, cenoura ralada e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
<b>5ª Feira</b>	Sopa:	Coentros
	Prato:	Bacalhau à Brás
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
<b>6ª Feira</b>	Sopa:	Feijão-verde
	Prato:	Carne estufada com esparguete
	Salada:	Tomate, cenoura ralada e alface
	Sobremesa:	Fruta da Época



**Bom Apetite!**

**Bon Appétit!**

**Enjoy Your Meal!**

**Buen Provecho!**

Nota: Ementa sujeita a alterações.