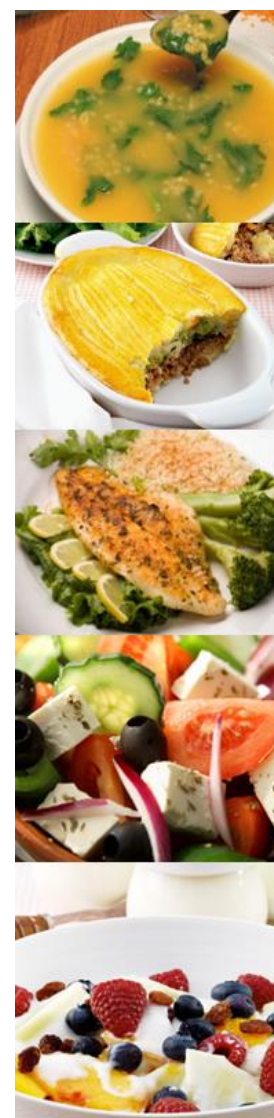


Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

23 a 27 de novembro de 2020

2ª Feira	Sopa:	Couve-flor
	Prato:	Arroz de cenoura com rissóis e pastéis
	Salada:	Alface, tomate e cenoura ralada
	Sobremesa:	Fruta da Época
3ª Feira	Sopa:	Espinafres
	Prato:	Carne à Jardineira
	Salada:	Alface, cebola e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
4ª Feira	Sopa:	Alho-francês
	Prato:	Peixe cozido com legumes
	Salada:	Alface, cenoura ralada e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
5ª Feira	Sopa:	Legumes
	Prato:	Cozido de grão
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
6ª Feira	Sopa:	Feijão-verde
	Prato:	Bacalhau à Gomes de Sá
	Salada:	Tomate, cenoura ralada e alface
	Sobremesa:	Fruta da Época



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!

Nota: Ementa sujeita a alterações.