

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

28 de setembro a 2 de outubro de 2020

2ª Feira Sopa: Legumes
 Prato: Panadinhos de frango com arroz de feijão
 Salada: Alface, tomate e cenoura ralada
 Sobremesa: Fruta da Época

3ª Feira Sopa: Espinafres
 Prato: Arroz de Marisco
 Salada: Tomate, cebola e alface
 Sobremesa: Fruta da Época

4ª Feira Sopa: Agrião
 Prato: Carne guisada com esparguete
 Salada: Alface, cebola e tomate
 Sobremesa: Fruta da Época

5ª Feira Sopa: Brócolos
 Prato: Meia-desfeita de bacalhau
 Salada: Tomate, cebola e alface
 Sobremesa: Fruta da Época

6ª Feira Sopa: Alho-francês
 Prato: Carne 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.