

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

7 a 11 de junho de 2021

2ª Feira	Sopa:	Espinafres
	Prato:	Feijão-frade com atum
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
3ª Feira	Sopa:	Agrião
	Prato:	Almondegas com arroz branco
	Salada:	Alface, cenoura ralada e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
4ª Feira	Sopa:	Brócolos
	Prato:	Caldeirada de lulas
	Salada:	Alface, cebola e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
5ª Feira	Sopa:	
	Prato:	Feriado Nacional
	Salada:	"Dia de Portugal, de Camões e das Comunidades"
	Sobremesa:	
6ª Feira	Sopa:	Feijão-verde
	Prato:	Carne à Portuguesa
	Salada:	Tomate, cenoura ralada e alface
	Sobremesa:	Fruta da Época



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!

Nota: Ementa sujeita a alterações.