

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

1 a 5 de Novembro de 2021

| | | |
|-----------------|------------|---------------------------------|
| 2ª Feira | Sopa: | |
| | Prato: | Feriado - 1 de Novembro |
| | Salada: | Dia de todos os santos |
| | Sobremesa: | |
| 3ª Feira | Sopa: | Espinafres |
| | Prato: | Feijoada de chocos |
| | Salada: | Alface, tomate e cebola |
| | Sobremesa: | Fruta da Época |
| 4ª Feira | Sopa: | Repolho |
| | Prato: | Arroz a Valenciana |
| | Salada: | Alface, tomate e cebola |
| | Sobremesa: | Fruta da Época |
| 5ª Feira | Sopa: | Espinafres |
| | Prato: | Bacalhau à gomes de Sá |
| | Salada: | Alface, tomate e cenoura ralada |
| | Sobremesa: | Fruta da Época |
| 6ª Feira | Sopa: | Ovo |
| | Prato: | Carne a alentejana |
| | Salada: | Tomate, cebola e alface |
| | Sobremesa: | Fruta da Época |



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!

Nota: Ementa sujeita a alterações.