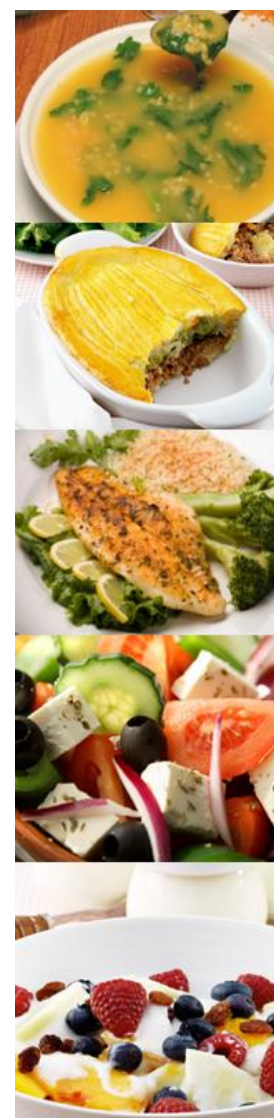


**Alimentação Saudável Jovens Saudáveis**

# Ementa da Semana

## 11 a 15 de outubro de 2021

<b>2ª Feira</b>	Sopa:	Alho-francês
	Prato:	Pastéis e Douradinhos com arroz de cenoura
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
<b>3ª Feira</b>	Sopa:	Legumes
	Prato:	Almondegas com esparguete
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
<b>4ª Feira</b>	Sopa:	Coentros
	Prato:	Lasanha de Atum
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
<b>5ª Feira</b>	Sopa:	Agrião
	Prato:	Empadão de Carne
	Salada:	Alface, tomate e cenoura ralada
	Sobremesa:	Fruta da Época
<b>6ª Feira</b>	Sopa:	Feijão-verde
	Prato:	Bacalhau com natas
	Salada:	Tomate, cebola e alface
	Sobremesa:	Fruta da Época



**Bom Apetite!**

**Bon Appétit!**

**Enjoy Your Meal!**

**Buen Provecho!**

Nota: Ementa sujeita a alterações.