

**Alimentação Saudável Jovens Saudáveis**

# **Ementa da Semana**

## **29 Novembro a 3 de Dezembro de 2021**

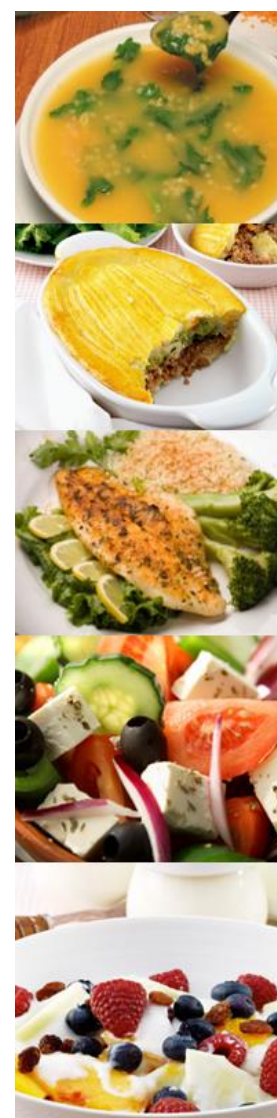
**2ª Feira**    Sopa:            Brócolos  
                 Prato:            Feijão-frade com atum e ovos cozidos  
                 Salada:          Alface, tomate e cebola  
                 Sobremesa:      Fruta da Época

**3ª Feira**    Sopa:            Repolho  
                 Prato:            Bifes com batatinhas  
                 Salada:          Alface, tomate e cebola  
                 Sobremesa:      Fruta da Época

**4ª Feira**    Sopa:            **Feriado - 1 de Dezembro**  
                 Prato:            **Restauração da Independência**  
                 Salada:          **Restauração da Independência**  
                 Sobremesa:

**5ª Feira**    Sopa:            Espinafres  
                 Prato:            Lulas de Caldeirada  
                 Salada:          Alface, tomate e cenoura ralada  
                 Sobremesa:      Fruta da Época

**6ª Feira**    Sopa:            Ovo  
                 Prato:            Esparguete a Bolonhesa  
                 Salada:          Tomate, cebola e alface  
                 Sobremesa:      Fruta da Época



**Bom Apetite!**

**Bon Appétit!**

**Enjoy Your Meal!**

**Buen Provecho!**

Nota: Ementa sujeita a alterações.