

Ementa

Semana de 07/10/2024 a 11/10/2024



	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
SOPA	Creme de Cenoura, batata e ervilhas	Curgete com batata e cenoura	Alho francês, batata e cebola	Alface com batata e cenoura	Brócolos com batata e cebola
PRATO	Bife grelhado com legumes estufados	Lombinho de pescada com legumes	Sala de tomate com arroz e bife peru grelhado	Salada, peixe cozido com legumes e ovo	Peito de frango grelhado com legumes cozidos
SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
LANCHE	Papa de Bolacha Maria; fruta	logurte com fruta Pão com manteiga	Papa de fruta cozida, Pão com manteiga	logurte fruta, pão com manteiga	logurte, pão com manteiga, fruta

Ementa
Semana de 14/10/2024 a 18/10/2024



	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
SOPA	Abobora com brócolos	Feijão verde, com curgete	Curgete com batata cebola e cenoura	Alho francês e cenoura	Alface com cenoura, batata e cebola
PRATO	Couve-coração com batata e perca cozida	Cenoura salteada com esparguete e bife de frango grelhado	Pescada cozida com todos	Salada de alface e tomate com arroz e bife de peru grelhado	Salada de batata, cenoura e abrótea
SOBREMESA	Fruta cozida	Fruta da Época	Fruta da época	Fruta cozida	Fruta da época
LANCHE	Fruta com logurte Pão com manteiga	logurte com fruta Pão com manteiga	logurte com fruta cozida, Pão com manteiga	logurte, Pão com manteiga, fruta	Papa de bolacha Maria; fruta

Ementa

Semana de 21/10/2024 a 25/10/2024



	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
SOPA	Curgete com cenoura	Cenoura, batata e cebola	Brocolos com batata e cenoura	Creme couve-flor com batata	Alface com cebola e batata
PRATO	Legumes estufados com arroz e bife de peru grelhado	Couve coração, com batata e lombinho de pescada cozida	Brócolos cozidos com esparguete e bife de frango	Pescada cozida com todos	Cenoura e batata cozidas com peito de frango grelhado
SOBREMESA	Fruta da época	Fruta Cozida	Banana	Fruta da época	Fruta cozida
LANCHE	logurte com fruta Pão com manteiga	logurte Fruta, Pão com manteiga	logurte Fruta, Pão com manteiga	Papa de fruta cozida, Pão com manteiga	logurte, pão com manteiga, fruta

Ementa

Semana de 28/10/2024 a 01/11/2024



	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
SOPA	Cenoura e feijão verde	Creme de abobora c/brócolos	Alho francês com batata e cenoura	Curgete com batata e cenoura	
PRATO	Couve-lombarda com batata e maruca/perca grelhada	Courgette salteadas, esparguete e bife de frango grelhado	Bacalhau cozido com todos	Arroz de couve com bife grelhado	Feriado
SOBREMESA	Fruta cozida	Pera	Banana	Fruta cozida	
LANCHE	Pão com manteiga, iogurte, fruta da época	logurte com fruta Pão com manteiga	logurte com fruta cozida; Pão com manteiga	logurte; Pão com manteiga, fruta	Feriado