



EMENTA SEMANAL
de 3 A 7 JANEIRO DE 2022

2ª feira	
sopa	sopa de coração e feijão vermelho
prato	rissois de carne com arroz cenoura
salada	alface tomate e pepino
sobremesa	fruta da época
dieta	bife de frango com massa
lanche	pão de mistura com manteiga
	leite simples m/g
3ª feira	
sopa	sopa de espinafres
prato	cação estufado com batata cozida
salada	coração cenoura e cebola
sobremesa	fruta época
dieta	
lanche	pão de mistura com marmelada
	iogurte sólido
4ª feira	
sopa	de coração cenoura e alho francês
prato	pá de porco assda com arroz de legumes
salada	alface cenoura e cebola
sobremesa	fruta da época
dieta	frango cozido com arroz branco
lanche	pão de mistura com fiambre de peru
	leite meio gordo com cevada
5ª feira	
sopa	feijão verde
prato	massada de carnes
salada	alface tomate e cebola
sobremesa	fruta da época
dieta	bife de frango com massa
lanche	pão de mistura com manteiga
	leite simples m/g
6ª feira	
sopa	nabiças
prato	arroz à portuguesa
salada	coração cenoura e cebola
sobremesa	fruta época
dieta	arroz com frango cozido
lanche	pão de mistura com queijo
	iogurte sólido

a ementa está sujeita a alterações

A Diretora