



| <b>Destinatários: Salas A, B, C e D</b> |                  |   |   |
|---|------------------|---|---|
| <b>Ementa de Almoço</b>                 |                  |   |   |
| <b>22 a 26 Julho de 2024</b>            |                  |   |   |
|   |                  | <b>Sala A e B</b>   | <b>Sala C e D</b>   |
| <b>2ª Feira</b>                         | <b>Sopa</b>      | Cenoura e couve branca  | Cenoura e couve branca  |
|   | <b>Prato</b>     | Tiras de peru salteadas, com arroz de cenoura; salada                     | Tiras de peru salteadas, com arroz de cenoura; salada                     |
|   | <b>Sobremesa</b> | Papa de pêra / Pêra   | Pêra  |
| <b>3ª Feira</b>                         | <b>Sopa</b>      | Feijão-verde  | Feijão-verde  |
|   | <b>Prato</b>     | Seriorela assada no forno com batata assada; legumes assados <sup>5</sup> | Seriorela assada no forno com batata assada; legumes assados <sup>5</sup> |
|   | <b>Sobremesa</b> | Papa de maçã / Maçã   | Maçã  |
| <b>4ª Feira</b>                         | <b>Sopa</b>      | Creme de grão de bico   | Creme de grão de bico   |
|   | <b>Prato</b>     | Esparguete à bolonesa; salada <sup>2</sup>                                | Esparguete à bolonesa; salada <sup>2</sup>                                |
|   | <b>Sobremesa</b> | Papa de 3 frutas/ Salada de fruta   | Salada de fruta   |
| <b>5ª Feira</b>                         | <b>Sopa</b>      | Espinafres  | Espinafres  |
|   | <b>Prato</b>     | Pescada e salmão no forno, com batata cozida; salada <sup>2,3,5</sup>     | Pescada e salmão no forno, com batata cozida; salada <sup>2,3,5</sup>     |
|   | <b>Sobremesa</b> | Papa de banana e laranja /Laranja   | Laranja   |
| <b>6ª Feira</b>                         | <b>Sopa</b>      | Legumes   | Legumes   |
|   | <b>Prato</b>     | Arroz de frango; salada   | Arroz de frango; salada   |
|   | <b>Sobremesa</b> | Papa de maçã/ Morangos  | Morangos  |
| Observações:                            |                  |   |   |

Nutricionista, Jéssica Pinheiro  
CP 2948N

"Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações"

1-Leite de Origem Animal e Derivados 2 – Cereais com Glúten 3-Ovo 4-Frutos de Casca rija 5-Peixe 6-Marisco 7 –Soja