



Semana 4 a 8 de Abril



2ª Feira

Sopa	Creme de alface
Prato	Esparguete à Bolonhesa
Salada/Legumes	Alface e cebola
Sobremesa	Fruta da época
	Pão de Mistura

3ª Feira

Sopa	Feijão Branco com Couve Portuguesa
Prato	Filetes de pescada estufados com puré de Batata
Salada/Legumes	Couve de Bruxelas salteadas
Sobremesa	Leite creme
	Pão de Mistura

4ª Feira

Sopa	Espinafres
Prato	Perninhas de frango assadas com arroz de legumes
Salada/Legumes	Cenoura ralada
Sobremesa	Fruta da época
	Pão de Mistura

5ª Feira

Sopa	Creme de Brócolos
Prato	Rancho à Portuguesa
Salada/Legumes	Salada de alface
Sobremesa	Fruta da época
	Pão de Mistura

6ª Feira

Sopa	Couve flor
Prato	Ovos mexidos com arroz de cenoura e delicias do mar
Salada/Legumes	Couve coração
Sobremesa	Aletria
	Pão de Mistura

Observações:

☐ Ementa Sujeita a alteração sem aviso prévio e realizada conforme circular n.º 14/DGIDC/2007.

A técnica nutricionista
Dr.ª Ana Sofia