

2ª Feira

Sopa	Creme de abóbora
Prato	Arroz de carnes e legumes
Salada/Legumes	Cenouras e ervilhas (incluídas no prato)
Sobremesa	Fruta da época
	Pão de Mistura

3ª Feira

Sopa	Agrião
Prato	Bacalhau à Gomes de Sá
Salada/Legumes	Alface e tomate
Sobremesa	Iogurte de aromas
	Pão de Mistura

4ª Feira

Sopa	Couve coração
Prato	Carne de vitela estufada com massa cotovelo
Salada/Legumes	Couve e cenoura (incluídas no prato)
Sobremesa	Fruta da época
	Pão de Mistura

5ª Feira

Sopa	Feijão verde
Prato	Corvina estufada com arroz de legumes
Salada/Legumes	Couve branca e lombarda salteadas
Sobremesa	Gelatina
	Pão de Mistura

6ª Feira

Sopa	Juliana
Prato	Perna de peru assada com puré de batata
Salada/Legumes	Salada mista
Sobremesa	Fruta da época
	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