



Ementa Escolar

ALMOÇO

ANO LETIVO 2020/2021

12/10/2020 - Segunda-feira

Sopa: Creme de agrião

Prato: Massada de peixe e salada de alface, pepino e cenoura.

Prato vegetariano: Hambúrguer de grão e batata-doce com arroz de cenoura e salada de alface, pepino e cenoura.

Sobremesa: Banana

13/10/2020 – Terça-feira

Sopa: Canja de galinha

Prato: Frango assado com batata frita e salada de alface, tomate e pepino

Prato vegetariano: Tagliatelli com soja e molho de tomate e salada de alface, tomate e pepino.

Sobremesa: Uvas

14/10/2020 – Quarta-feira

Prato: Açorda de tomate com pescada e ovo.

Prato vegetariano: Legumes à Brás e salada de alface.

Sobremesa: Pêssego

15/10/2020 – Quinta-feira

Sopa: Creme de abóbora

Prato: Costeletas grelhadas com puré e salada de alface, tomate e milho.

Prato vegetariano: Empadão de lentilhas e legumes e salada de alface tomate e milho.

Sobremesa: Pera cozida

16/10/2020 – Sexta-feira

Sopa: Sopa de repolho com cenoura

Prato: Salada russa com delícias, atum e salada de alface, pepino e cenoura.

Prato vegetariano: Lasanha de soja e espinafres e salada de alface, pepino e cenoura.

Sobremesa: Maçã

Nota: A ementa pode ser alterada por motivos imprevistos.