

## Ementa (3)

<b>2ª Feira</b>	<p><i>Sopa – Lombardo</i></p> <p><i>Prato – Empadão de carne com salada de alface e tomate</i></p> <p><i>Sobremesa – Fruta</i></p> <p><i>Lanche – Leite e pão (centeio) com queijo ou manteiga</i></p>
<b>3ª Feira</b>	<p><i>Sopa – Canja</i></p> <p><i>Prato – Pescada cozida com batata, cenoura, ovo e legumes</i></p> <p><i>Sobremesa – Arroz doce</i></p> <p><i>Lanche - Iogurte e pão (carcaça) com chocolate ou manteiga</i></p>
<b>4ª Feira</b>	<p><i>Sopa – Puré de cenoura</i></p> <p><i>Prato – Ranchinho à Art &amp; Manha</i></p> <p><i>Sobremesa – Fruta</i></p> <p><i>Lanche – Sumo/Leite e pão (bolinha) com chourição ou manteiga</i></p>
<b>5ª Feira</b>	<p><i>Sopa- Espinafres</i></p> <p><i>Prato – Filetes acompanhados com arroz alegre e salada alface</i></p> <p><i>Sobremesa: Fruta</i></p> <p><i>Lanche: Gelatina e pão (de leite) com fiambre ou manteiga</i></p>
<b>6ª Feira</b>	<p><i>Sopa- Agrião</i></p> <p><i>Prato – Frango guisado com massa e salada mista</i></p> <p><i>Sobremesa: Salada de frutas</i></p> <p><i>Lanche: Cereais ou leite e pão (bolinha) com manteiga</i></p>

**NOTA:** Ementa sujeita a alterações de última hora.

Respeitando as restrições alimentares de cada criança existe sempre uma ementa alternativa/dieta