

Ementa de 10 a 14 de janeiro

Segunda-Feira	Sopa Prato Salada Sobremesa Pão	Couve branca com cenoura ripada Atum com ovo e salada russa Alface, pepino e tomate Fruta da época (min. 3 variedades) / Iogurte Pão de mistura
Terça-Feira	Sopa Prato Salada Sobremesa Pão	Feijão vermelho e couve-lombarda Febras de porco grelhadas com molho de cogumelos, arroz de milho e ervilhas Cenoura, couve roxa e milho Fruta da época (min. 3 variedades) Pão de mistura
Quarta-Feira	Sopa Prato Salada Sobremesa Pão	Feijão-verde com cenoura Solha no forno com batatas alouradas Alface, beterraba e pepino Fruta da época (min. 3 variedades) Pão de mistura
Quinta-Feira	Sopa Prato Salada Sobremesa Pão	Grão-de-bico com nabiça Frango estufado com ervilhas, massa fusilli cozida Tomate, milho e pimento Fruta da época (min. 3 variedades) Pão de mistura
Sexta-Feira	Sopa Prato Salada Sobremesa Pão	Creme de abóbora com alface Arroz de peixe (pescada + maruca + miolo camarão) Alface, beterraba e cenoura Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada Pão de mistura