

E M E N T A Semana de 03 a 07 de dezembro de 2018

2ª FEIRA

| | | |
|-----------------------|---------------------------------------------------|--|
| Sopa | Legumes(Passada/Inteira) | |
| Prato | Omolete no Forno de Cogumelos e Fiambre | |
| Opção | Lombos de Cavala com Molho de Cebola e Salsa | |
| Vegetariana | Arroz de Cogumelos, Frutos Secos e Ovo | |
| Acompanhamento | Arroz Ervilhas / Batata Cozida / Salteado Legumes | |
| Sobremesa | Fruta da Época | |

3ª FEIRA

| | | |
|---------------------------|---------------------------------------------|--|
| Sopa | Nabiças (Passada/Inteira) | |
| Prato | Lombinhos de Pescada em Polme | |
| Opção Ebook | Carne de Porco Assada com Migas de Brocolos | |
| Vegetariana | Quiche de Brocolos | |
| Acompanhamento | Batata Salteada / Arroz / Cenourinhas | |
| Sobremesa | Fruta da Época | |

4ª FEIRA

| | | |
|-----------------------|-------------------------------------------------|--|
| Sopa | Penca com Feijão (Passada/ Inteira) | |
| Prato | Panados de Frango | |
| Opção | Lulas Estufadas | |
| Vegetariana | Jardineira de Soja com Legumes | |
| Acompanhamento | Arroz de Tomate / Esparguete / Ervilhas e Milho | |
| Sobremesa | Gelatina | |

5ª FEIRA

| | | |
|-----------------------|---------------------------------|--|
| Sopa | Canja | |
| Prato | Bacalhau à Brás | |
| Opção | Salsichas Alemãs | |
| Vegetariana | Misto de Feijão com Molho Verde | |
| Acompanhamento | Arroz / Chocrute / Batata | |
| Sobremesa | Fruta da Época | |

6ª FEIRA

| | | |
|-----------------------|---------------------------------------|--|
| Sopa | Creme de Cenoura | |
| Prato | Peru Estufado | |
| Opção | Red-fish Assado no Forno | |
| Vegetariana | Parrilhada de Legumes e Cogumelos | |
| Acompanhamento | Massa Cotovelos / Arroz / Cenourinhas | |
| Sobremesa | Bolo de Iogurte | |

Notas (*):

A ementa com os valores nutricionais e alergenicos encontra-se exposta no restaurante do colégio