

## Ementa

<b>Segunda-feira</b> <i>03/05/10</i>	<b>Sopa:</b> Brócolos <b>Prato:</b> Arroz de peixe <b>Salada:</b> Alface/couve roxa/cenoura <b>Pão:</b> 1 pão de mistura <b>Sobremesa:</b> Fruta da época/iogurte
<b>Terça-feira</b> <i>04/05/10</i>	<b>Sopa:</b> Creme de ervilhas <b>Prato:</b> Esparguete à bolonhesa <b>Salada:</b> Cenoura/Milho/Rúcula/Alface <b>Pão:</b> 1 Pão de mistura <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
<b>Quarta-feira</b> <i>05/05/10</i>	<b>Sopa:</b> Agrião <b>Prato:</b> Douradinhos no forno com arroz de legumes <b>Salada:</b> Alface/Tomate/Pepino <b>Pão:</b> 1 Pão de mistura <b>Sobremesa:</b> Gelado/Fruta da época
<b>Quinta-feira</b> <i>06/05/10</i>	<b>Sopa:</b> Canja <b>Prato:</b> Frango assado com batata frita <b>Salada:</b> Alface/Rabanete/Cenoura <b>Pão:</b> 1 pão de mistura <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
<b>Sexta-feira</b> <i>07/05/10</i>	<b>Sopa:</b> Alho Francês e abóbora <b>Prato:</b> Empadão de atum <b>Salada:</b> Alface/Milho/Cenoura <b>Pão:</b> 1 Pão de mistura <b>Sobremesa:</b> Fruta da época

Obs: Esta ementa encontra-se sujeita a alterações



Dia	Ementa
<b>Segunda-feira</b> <b>10/05/10</b>	<b>Sopa:</b> Couve flor e cenoura <b>Prato:</b> Febras de porco com arroz de legumes <b>Salada:</b> Alface/Cenoura <b>Pão:</b> 1 Pão de mistura <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
<b>Terça-feira</b> <b>11/05/10</b>	<b>Sopa:</b> Espinafres <b>Prato:</b> Bacalhau à braz <b>Salada:</b> Alface/Pepino/Tomate <b>Pão:</b> 1 Pão de mistura <b>Sobremesa:</b> Arroz Doce/Fruta da época
<b>Quarta-feira</b> <b>12/05/10</b>	<b>Sopa:</b> Legumes <b>Prato:</b> Perú estufado com esparguete <b>Salada:</b> Macedónia de legumes <b>Pão:</b> 1 Pão de mistura <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
<b>Quinta-feira</b> <b>13/05/10</b>	<b>Sopa:</b> <b>Prato:</b> <b>Salada:</b> <b>Feriado</b> <b>Pão:</b> <b>Sobremesa:</b>
<b>Sexta-feira</b> <b>14/05/10</b>	<b>Sopa:</b> Peixe <b>Prato:</b> Lombo de porco, batata assada e couve estufada <b>Salada:</b> Alface <b>Pão:</b> 1 Pão de mistura <b>Sobremesa:</b> Fruta da época

Obs: Esta ementa encontra-se sujeita a alterações

# Ementa

**Segunda-feira**  
*17/05/10*

**Sopa:** Feijão vermelho com hortaliça  
**Prato:** Salada Russa(legumes,ovo,atum)  
**Salada:** Alface  
**Pão:** 1 Pão de mistura  
**Sobremesa:** Fruta da época/iogurte

**Terça-feira**  
*18/05/10*

**Sopa:** Couve lombarda  
**Prato:** Empadão de carne  
**Salada:** Milho/Couve roxa/Alface  
**Pão:** 1 Pão de mistura  
**Sobremesa:** Fruta da época

**Quarta-feira**  
*19/05/10*

**Sopa:** Couve portuguesa com nabo  
**Prato:** Peixe assado com batata corada  
**Salada:** Alface/Rúcula/Tomate  
**Pão:** 1 Pão de mistura  
**Sobremesa:** Fruta da época

**Quinta-feira**  
*20/05/10*

**Sopa:** Peixe  
**Prato:** Carne porco assada fatiada com arroz de ervilhas  
**Salada:** Alface/Cenoura/Tomate  
**Pão:** 1 Pão de mistura  
**Sobremesa:** Fruta da época

**Sexta-feira**  
*21/05/10*

**Sopa:** Grão com espinafre  
**Prato:** Peixe cozido com brócolos e cenoura  
**Salada:** Alface  
**Pão:** 1 Pão de mistura  
**Sobremesa:** Gelatina/Fruta da época

Obs: Esta ementa encontra-se sujeita a alterações



---

## Segunda-Feira

24-05-10

---

Sopa	>> Cenoura
Prato	>> Almôndegas estufadas com puré de batata
Salada	>> Cenoura/Rabanete/Alface
Pão	>> 1 pão de mistura
Sobremesa	>> Fruta da época

---

## Terça-Feira

25-05-10

---

Sopa	>> Caldo Verde
Prato	>> Arroz de Bacalhau
Salada	>> Alface/Couve roxa/Cenoura
Pão	>> 1 Pão de mistura
Sobremesa	>> Fruta da época/iogurte

---

## Quarta-Feira

26-05-10

---

Sopa	>> Feijão Verde
Prato	>> Jardineira de porco
Salada	>> Alface/Cenoura
Pão	>> 1 Pão de mistura
Sobremesa	>> Fruta de época

---

## Quinta-Feira

27-05-10

---

Sopa	>> Nabiça
Prato	>> Solha frita com arroz de feijão
Salada	>> Milho/Alface
Pão	>> 1 Pão de mistura
Sobremesa	>> Pudim/Fruta da época

---

## Sexta-Feira

28-05-10

---

Sopa	>> Canja
Prato	>> Pernas de frango com esparguete e ervilhas
Salada	>> Alface/Tomate/Milho
Pão	>> 1 pão de mistura
Sobremesa	>> Fruta da época

Obs: Esta ementa encontra-se sujeita a alterações