

Ementa

Semana de 19 a 23 de junho 2017

DIA 19	Sopa	Do Dia	valores médios por 100 gramas no prato principal
2ª feira	Prato	Carne de Vaca estufada - arroz e ervilhas	
	Salada & Vegetais	Salada alface	
	Sobremesa	Fruta da época	345 Kcal

DIA 20	Sopa	Do Dia	valores médios por 100 gramas no prato principal
3ª feira	Prato	Massada de Atum	
	Salada & Vegetais	Salada mista	
	Sobremesa	Fruta da época	315 Kcal

DIA 21	Sopa	Do Dia	valores médios por 100 gramas no prato principal
4ª feira	Prato	Frango assado com batata corada	
	Salada & Vegetais	Salada de tomate	
	Sobremesa	Fruta da época	391 Kcal

DIA 22	Sopa	Do Dia	valores médios por 100 gramas no prato principal
5ª feira	Prato	Pastéis de Bacalhau com arroz legumes	
	Salada & Vegetais	Salada mista	
	Sobremesa	Fruta da época	335 Kcal

DIA 23	Sopa	Do Dia	valores médios por 100 gramas no prato principal
6ª feira	Prato	Febras grelhadas com esparguete	
	Salada & Vegetais	Salada de tomate	
	Sobremesa	Fruta da época	353 Kcal

A ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.