

Ementa

Semana de 20 a 24 de março 2017

DIA 20	Sopa	Do Dia	valores médios por 100 gramas no prato principal 321 Kcal
2ª feira	Prato	Esparquete à Bolonhesa	
	Salada & Vegetais	Salada mista	
	Sobremesa	Fruta da época	

DIA 21	Sopa	Do Dia	valores médios por 100 gramas no prato principal 244 Kcal
3ª feira	Prato	Lombinhos de pescada gratinados com arroz solto	
	Salada & Vegetais	Salada alface	
	Sobremesa	Fruta da época	

DIA 22	Sopa	Do Dia	valores médios por 100 gramas no prato principal 348 Kcal
4ª feira	Prato	Almondegas com esparquete	
	Salada & Vegetais	Salada de tomate	
	Sobremesa	Fruta da época	

DIA 23	Sopa	Do Dia	valores médios por 100 gramas no prato principal 409 Kcal
5ª feira	Prato	Carne de Porco à Portuguesa	
	Salada & Vegetais	Salada de tomate	
	Sobremesa	Fruta da época	

DIA 24	Sopa	Do Dia	valores médios por 100 gramas no prato principal 258 Kcal
6ª feira	Prato	Arroz de Lulas	
	Salada & Vegetais	Salada mista	
	Sobremesa	Fruta da época	

A ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.