

| E M E N T A | | | | |
|--|---|------------------|--|--|
| 2ª. FEIRA | 3.º FEIRA | 4ª FEIRA | 5.ª FEIRA | 6ª. FEIRA |
| SOPA | SOPA | SOPA | SOPA | SOPA |
| ABÓBORA Água, sal, azeite, cebola, alho, batata, chuchu, abóbora, repolho | COUVE- FLOR Água, sal, azeite, cebola, alho, batata, courgette, cenoura, couve-flor | FERIADO | ALHO FRANCÊS Água, sal, azeite, cebola, alho, batata, courgette, abóbora, alho francês | AGRIÃO E FEIJÃO BRANCO Água, sal, azeite, cebola, alho, batata, chuchu, agrião, feijão branco |
| PRATO | PRATO | PRATO | PRATO | PRATO |
| ROLINHOS DE PEIXE COM MASSA COM MOLHO DE TOMATE Azeite, sal, cebola, alho, rolinhos de peixe, massa SALADA DE ALFACE, CENOURA E CEBOLA | ARROZ DE FRANGO COM SALSICHAS E ERVILHAS Azeite, sal, alho, cebola, frango, arroz, salsichas, ervilhas BRÓCOLOS, COUVE-FLOR E CENOURA COZIDOS | | COELHO ESTUFADO COM PURÉ Azeite, sal, limão, alho, coelho, cebola, puré de batata SALADA DE ALFACE, PIMENTO E CEBOLA | MASSA DE ATUM Azeite, sal, cebola, alho, polpa de tomate, massa cortada, atum SALADA DE ALFACE, CENOURA E TOMATE |
| SOBREMESA | SOBREMESA | SOBREMESA | SOBREMESA | SOBREMESA |
| Laranja/Maçã/Pêra | Kiwi/Laranja/Maçã | | Gelatina/Laranja | Maçã/Pêra/Tangerina |

A Cozinheira,

O Pelouro da Educação,

Nota: Ementa sujeita a alteração imprevista

Ementa revista pela Dra. Daniela Santos (Nutricionista), estando de acordo com a Circular nº 3/DSEEAS/DGE/2013.