

<b>Ementa mensal - setembro</b>	
<b>1.ª semana - 12 e 13 de setembro</b>	
<b>Quinta-feira - 12/09/2024</b>	
Pequeno almoço	Cereais com leite
Sopa	Sopa de legumes
Prato principal	Estrogonofe de frango com arroz e batata corada
Salada	Milho, cenoura
Sobremesa	Fruta
Lanche	Pão com manteiga e chá/leite
<b>Sexta-feira - 13/09/2024</b>	
Pequeno almoço	Panqueca com mel e chá/leite
Sopa	Caldo verde
Prato principal	Panadinhos de peixe com massa espiral e molho de legumes
Legumes	Tomate, pimentos e milho
Sobremesa	Gelatina
Lanche	Croissant e chá/leite

<b>Ementa mensal - setembro</b>	
<b>2.ª semana - 16 a 20 de setembro</b>	
<b>Segunda-feira - 16/09/2024</b>	
Ponte	
<b>Terça-feira - 17/09/2024</b>	
Feriado	
<b>Quarta-feira - 18/09/2024</b>	
Pequeno almoço	Pão com manteiga e chá/ leite
Sopa	Sopa Primavera
Prato principal	Peito de frango grelhado com arroz e batata corada
Salada	Cenoura e beterraba
Sobremesa	Maçã
Lanche	Arroz doce/salada fruta
<b>Quinta-feira - 19/09/2024</b>	
Pequeno almoço	Panqueca com mel e chá/leite
Sopa	Sopa de feijão verde e cenoura
Prato principal	Filetes de peixe com arroz de feijão
Salada	Alface, cenoura e milho
Sobremesa	Ananás
Lanche	Fruta, bolacha e água
<b>Sexta-feira - 20/09/2024</b>	
Pequeno almoço	Torrada e chá/leite
Sopa	Caldo verde
Prato principal	Grelhada mista com feijão preto e arroz branco
Salada	Pepino e cenoura
Sobremesa	Fruta
Lanche	Sandes de queijo e sumo/fruta

<b>Ementa mensal - setembro</b>	
<b>3.ª semana - 23 a 27 de setembro</b>	
<b>Segunda-feira - 23/09/2024</b>	
Pequeno almoço	Iogurte, bolacha e fruta
Sopa	Sopa de abóbora
Prato principal	Carne estufada com batata e legumes
Sobremesa	Fruta
Lanche	Sandes de queijo e chá/leite
<b>Terça-feira - 24/09/2024</b>	
Pequeno almoço	Wafle com nutela e leite fresco
Sopa	Creme de cenoura
Prato principal	Filetes de peixe no forno com arroz de cenoura
Salada	Cenoura, alface e tomate
Sobremesa	Creme de bolacha
Lanche	Pão com manteiga e chá/leite
<b>Quarta-feira - 25/09/2024</b>	
Pequeno almoço	Torrada e chá/leite
Sopa	Creme de abóbora
Prato principal	Carne estufada com esparguete
Sobremesa	Fruta
Lanche	Custard e água/fruta
<b>Quinta-feira 26/09/2024</b>	
Pequeno almoço	Queque e chá/leite
Sopa	Sopa de legumes
Prato principal	Arroz de atum
Salada	Alface, cenoura e tomate
Sobremesa	Musse de maracujá
Lanche	Sandes de fiambre chá/ leite
<b>Sexta-feira 27/09/2024</b>	
Pequeno almoço	Croissant com queijo e chá
Sopa	Sopa Juliana
Prato principal	Frango assado no forno com batata
Salada	Alface, pepino e Cenoura
Sobremesa	Fruta
Lanche	Merenda de queijo e sumo