



EMENTAS SALA 2, PRÉ-ESCOLAR E ATL

SEMANA DE 12/02/2018 A 16/02/2018

<p>2ª Feira</p>	<p>Pequeno-almoço: Leite simples e pão de mistura com manteiga</p> <p>Suplemento da manhã: Fruta da época</p> <p>Almoço: Sopa de nabiças Jardineira (ervilhas, cenoura, feijão verde e batata) de peru com arroz branco</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> <p>Lanche: Leite com cevada e pão de mistura com queijo</p> <p>Lanche ATL: logurte líquido e pão de mistura com queijo</p> <p>Suplemento tarde: Fruta da época</p>
<p>3ª Feira FERIADO DE CARNAVAL</p>	<p>Pequeno-almoço: Leite simples e pão integral com manteiga</p> <p>Suplemento da manhã: Fruta da época</p> <p>Almoço: Creme de abóbora e espinafres Bolinhas de atum no forno com massa fusilli e legumes salteados (couve coração, cubos de cenoura e tomate)</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> <p>Lanche: logurte natural com cornflakes e fruta</p> <p>Lanche ATL: Banana e pão integral com manteiga</p> <p>Suplemento tarde: Fruta da época</p>
<p>4ª Feira</p>	<p>Pequeno-almoço: Leite simples e pão de centeio com manteiga</p> <p>Suplemento da manhã: Fruta da época</p> <p>Almoço: Sopa de brócolos Costeletas grelhadas com puré de batata e salada (alface, rúcula e cenoura)</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> <p>Lanche: Leite simples e pão centeio com manteiga</p> <p>Lanche ATL: Leite simples e pão centeio com manteiga</p> <p>Suplemento tarde: Fruta da época</p>
<p>5ª Feira</p>	<p>Pequeno-almoço: Leite simples e pão integral com manteiga</p> <p>Suplemento da manhã: Fruta da época</p> <p>Almoço: Creme de legumes Pescada estufada com arroz da horta (couve lombarda, cenoura e ervilhas)</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> <p>Lanche: Leite simples e pão integral com fiambre de peru</p> <p>Lanche ATL: Banana e pão integral com fiambre de peru</p> <p>Suplemento tarde: Fruta da época</p>
<p>6ª Feira</p>	<p>Pequeno-almoço: Leite simples e pão de 6 cereais com manteiga</p> <p>Suplemento da manhã: Fruta da época</p> <p>Almoço: Sopa de couve lombarda Ovos mexidos com massa rigatoni e feijão verde salteado</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> <p>Lanche: logurte sólido e pão de 6 cereais com compota</p> <p>Lanche ATL: logurte líquido e pão de 6 cereais com compota</p> <p>Suplemento tarde: Fruta da época</p>