



EMENTAS SALA 2, PRÉ-ESCOLAR E ATL

SEMANA DE 16/04/2018 A 20/04/2018

2ª Feira	<p>Pequeno-almoço: Leite simples e pão de mistura com manteiga</p> <p>Suplemento da manhã: Fruta da época</p> <p>Almoço: Creme de abóbora e grelos</p> <p>Bifes peru grelhado com massa fusilli e legumes salteados (coração, cenoura e tomate)</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> <p>Lanche: Leite com cornflakes</p> <p>Lanche ATL: Banana e pão mistura com manteiga</p> <p>Suplemento tarde: Fruta da época</p>
3ª Feira	<p>Pequeno-almoço: Leite simples e pão de centeio com manteiga</p> <p>Suplemento da manhã: Fruta da época</p> <p>Almoço: Sopa de couve branca</p> <p>Empadão de atum e salada (alface, beterraba e cenoura)</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> <p>Lanche: Iogurte sólido e pão de centeio com manteiga</p> <p>Lanche ATL: Iogurte líquido e pão de centeio com manteiga</p> <p>Suplemento tarde: Fruta da época</p>
4ª Feira	<p>Pequeno-almoço: Leite simples e pão de mistura com manteiga</p> <p>Suplemento da manhã: Fruta da época</p> <p>Almoço: Sopa de nabijas</p> <p>Massa riscada com vitela estufada e feijão manteiga (couve lombarda e cenoura)</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> <p>Lanche: Leite com cevada e pão de mistura com queijo</p> <p>Lanche ATL: Banana e pão de mistura com queijo</p> <p>Suplemento tarde: Fruta da época</p>
5ª Feira ANIVERSÁRIO DO CENTRO	<p>Pequeno-almoço: Leite simples e pão integral com manteiga</p> <p>Suplemento da manhã: Fruta da época</p> <p>Almoço: Juliana de legumes</p> <p>Pescada estufada com legumes (brócolos, ervilhas e cenoura) e arroz branco</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> <p>Lanche: Iogurte líquido e bico de pato com fiambre de peru</p> <p>Lanche ATL: Iogurte líquido e bico de pato com fiambre de peru</p> <p>Suplemento tarde: Fruta da época</p>
6ª Feira	<p>Pequeno-almoço: Leite simples e pão de 6 cereais com manteiga</p> <p>Suplemento da manhã: Fruta da época</p> <p>Almoço: Creme de brócolos</p> <p>Lombo assado com batata e salada (alface, tomate e cenoura)</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> <p>Lanche: Leite simples e pão 6 cereais com compota</p> <p>Lanche ATL: Leite simples e pão 6 cereais com compota</p> <p>Suplemento tarde: Fruta da época</p>