

## Ementa | Almoço

Semana de 26/11/18 a 30/11/18

### DIA 26/11/2018 □ □ SEGUNDA-FEIRA

#### Carne

Sopa	Repolho
Prato	Ovos escalfados c/ arroz e salada (alface, tomate e couve roxa)
Sobremesa	Banana/Pera/Clementina

### DIA 27/11/2018 □ □ TERÇA-FEIRA

#### Carne

Sopa	Troncha
Prato	Massa de vitela e salada (tomate, rúcula e alface)
Sobremesa	Abacaxi/Maçã/Kiwi

### DIA 28/11/2018 □ □ QUARTA-FEIRA

#### Peixe

Sopa	Caldo verde
Prato	Pataniscas de bacalhau c/ arroz de feijão e salada de alface
Sobremesa	Clementina/Banana/Pera

### DIA 29/11/2018 □ □ QUINTA-FEIRA

#### Carne

Sopa	Canja
Prato	Pernas de frango assadas c/ batatinha e legumes (ervilhas e cenoura)
Sobremesa	Abacaxi/Pera/Kiwi

### DIA 30/11/2018 □ □ SEXTA-FEIRA

#### Peixe

Sopa	Feijão c/ couve coração
Prato	Lulas estufadas c/ arroz e salada (rúcula, alface e tomate)
Sobremesa	Banana/Maçã/Clementina

Ementa sujeita a alteração

^

O Coordenador da Escola E.B. 2,3

  
Joaquim Luis Silva Teixeira