

## Ementa de 5 a 9 de junho

### 2ª feira

<b>Lanche da Manhã</b>	Fruta, leite meio gordo, pão de mistura com queijo
<b>Sopa</b>	Creme de ervilhas
<b>Prato Principal</b>	Farfalle com queijo, fiambre e cenoura raspada, alface e pepino
<b>Prato Vegetariano</b>	Massa com feijão encarnado e repolho estufado, alface e pepino
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época
<b>Pão</b>	Mistura
<b>Lanche da Tarde</b>	Fruta, logurte e bolacha

### 3ª feira

<b>Lanche da Manhã</b>	Fruta, logurte e bolacha
<b>Sopa</b>	Legumes
<b>Prato Principal</b>	Filete de espada no forno com arroz branco , tomate e milho doce
<b>Prato Vegetariano</b>	Massa de legumes com cogumelos, milho doce e tomate
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época
<b>Pão</b>	Branco
<b>Lanche da Tarde</b>	Fruta, leite meio gordo, pão branco c/ manteiga

### 4ª feira

<b>Lanche da Manhã</b>	Fruta, leite meio gordo, pão integral c/fiambre
<b>Sopa</b>	Abóbora e feijão verde
<b>Prato Principal</b>	Frango assado com massa, beterraba e pepino
<b>Prato Vegetariano</b>	Salada de ovo com grão de bico, massa com beterraba e pepino
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época
<b>Pão</b>	Integral
<b>Lanche da Tarde</b>	Fruta, leite meio gordo e cereais

### 5ª feira

<b>Lanche da Manhã</b>	
<b>Sopa</b>	
<b>Prato Principal</b>	
<b>Prato Vegetariano</b>	
<b>Sobremesa</b>	
<b>Pão</b>	
<b>Lanche da Tarde</b>	

### 6ª feira

<b>Lanche da Manhã</b>	Fruta, leite meio gordo, pão branco com manteiga
<b>Sopa</b>	Cenoura e feijão encarnado
<b>Prato Principal</b>	Almôndegas estufadas no forno com arroz, alface e tomate
<b>Prato Vegetariano</b>	Macedónia à vegetariana com cogumelos e batata
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época
<b>Pão</b>	Branco
<b>Lanche da Tarde</b>	Fruta, iogurte e bolacha