



# Ementa

**18 a 22 de fevereiro**



## **2.ª feira**

Sopa:	<b>Creme de vegetais</b>
Prato:	<b>Febras de porco grelhadas com estufado de ervilhas e fusilli</b>
Salada:	<b>Alface, cenoura ralada e curgete</b>
Sobremesa:	<b>Fruta da época (1 de 3 variedades)</b>

## **3.ª feira**

Sopa:	<b>Feijão vermelho com espinafres</b>
Prato:	<b>Lulas guisadas com chouriço e arroz branco</b>
Salada:	<b>Cenoura ralada, milho e tomate</b>
Sobremesa:	<b>Fruta da época (1 de 3 variedades)</b>

## **4.ª feira**

Sopa:	<b>Alho francês com curgete</b>
Prato:	<b>Borrego com especiarias e batata assada</b>
Salada:	<b>Alface, beterraba e pepino</b>
Sobremesa:	<b>Fruta da época (1 de 3 variedades)</b>

## **5.ª feira**

Sopa:	<b>Cenoura com couve ripada</b>
Prato:	<b>Lombinhos de pescada no forno com arroz de tomate</b>
Salada:	<b>Alface, cenoura ralada e milho</b>
Sobremesa:	<b>Fruta da época (1 de 3 variedades)</b>

## **6.ª feira**

Sopa:	<b>Grão de bico com nabo</b>
Prato:	<b>Bife de frango de cebolada com esparguete primavera</b>
Salada:	<b>Alface, cenoura ralada e couve roxa</b>
Sobremesa:	<b>Fruta da época (1 de 3 variedades)</b>