

ANO LECTIVO DE 2009-2010
EMENTA DE MAIO



1ª SEMANA

2ª FEIRA

PRATO: ARROZ CHAU CHAU – VEGETAIS COZIDOS
SOPA: LEGUMES
SOBREMESA: FRUTA

3ª FEIRA

PRATO: ATUM NO FORNO COM ESPARGUETE – SALADA
SOPA: LEGUMES
SOBREMESA: FRUTA

4ª FEIRA

PRATO: COSTELETA PANADA – VEGETAIS COZIDOS
SOPA: CREME DE CENOURA
SOBREMESA: FRUTA

5ª FEIRA

PRATO: MINCHI COM ARROZ E OVO ESTRELADO – SALADA (CENOURA CRUA RALADA)
SOPA: LEGUMES
SOBREMESA: SALADA DE FRUTAS

6ª FEIRA

PRATO: PERNA DE GALINHA ASSADA – SALADA MISTA
SOPA: CALDO VERDE
SOBREMESA: FRUTA

ANO LECTIVO DE 2009-2010
EMENTA DE MAIO



2ª SEMANA

2ª FEIRA

PRATO: BIFINHOS COM COGUMELOS E ARROZ BRANCO – SALADA MISTA
SOPA: CANJA DE GALINHA
SOBREMESA: FRUTA

3ª FEIRA

PRATO: ESPARGUETE À BOLONHESA E SALADA – SALADA DE TOMATE
SOPA: LEGUMES
SOBREMESA: FRUTA

4ª FEIRA

PRATO: COSTELETA PANADA COM BATATAS FRITAS
SOPA: LEGUMES
SOBREMESA: FRUTA

5ª FEIRA

PRATO: CARNE ASSADA COM BATATAS E CENOURAS – SALADA MISTA
SOPA: CREME DE CENOURA COM AGRIÃO
SOBREMESA: GELATINA

6ª FEIRA

PRATO: FILETES COM ARROZ DE CENOURA – SALADA MISTA
SOPA: AGRIÃO
SOBREMESA: FRUTA

ANO LECTIVO DE 2009-2010
EMENTA DE MAIO



3ª SEMANA

2ª FEIRA

PRATO: ATUM NO FORNO COM MACARONI – VEGETAIS COZIDOS
SOPA: LEGUMES
SOBREMESA: FRUTA

3ª FEIRA

PRATO: CHAU MIN COM CARNE DE PORCO E HORTALIÇA
SOPA: CANJA DE GALINHA
SOBREMESA: FRUTA

4ª FEIRA

PRATO: FILETES COM ARROZ DE TOMATE – SALADA MISTA
SOPA: AGRIÃO
SOBREMESA: GELATINA

5ª FEIRA

PRATO: BIFINHOS COM COGUMELOS E ARROZ BRANCO – SALADA MISTA
SOPA: CANJA DE GALINHA
SOBREMESA: FRUTA

ANO LECTIVO DE 2009-2010
EMENTA DE MAIO



4ª SEMANA

2ª FEIRA

PRATO: MINCHI COM ARROZ E OVO ESTRELADO – VEGETAIS COZIDOS
SOPA: LEGUMES
SOBREMESA: FRUTA

3ª FEIRA

PRATO: OMELETA COM CARNE PICADA – SALADA
SOPA: AGRIÃO
SOBREMESA: GELATINA

4ª FEIRA

PRATO: EMPADÃO – SALADA
SOPA: CALDO VERDE
SOBREMESA: FRUTA

5ª FEIRA

PRATO: BIFINHOS COM COGUMELOS E ARROZ BRANCO – VEGETAIS COZIDOS
SOPA: CANJA DE GALINHA
SOBREMESA: FRUTA

6ª FEIRA

PRATO: PERNA DE GALINHA FRITA – SALADA MISTA
SOPA: AGRIÃO
SOBREMESA: GELATINA

ANO LECTIVO DE 2009-2010
EMENTA DE MAIO



5ª SEMANA

2ª FEIRA

PRATO: MINCHI COM ARROZ E OVO ESTRELADO – VEGETAIS COZIDOS

SOPA: LEGUMES

SOBREMESA: FRUTA