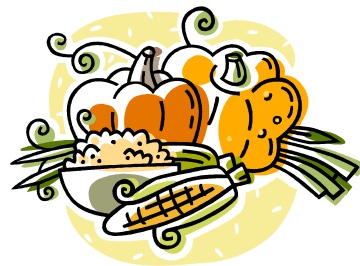


**Semana de 2 a 4 de Novembro**

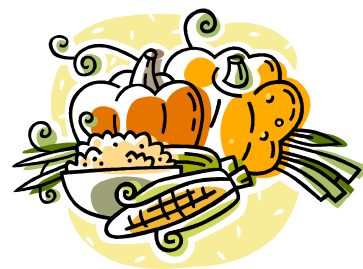
2 DE NOVEMBRO – QUARTA-FEIRA	
Sopa	HORTALIÇA
Prato	SALMÃO ASSADO NO FORNO C/ BATATA E SALADA
Sobremesa	KIWI E PERA
Lanche	IOGURTE E PEÇA DE FRUTA

3 DE NOVEMBRO – QUINTA-FEIRA	
Sopa	CANJA
Prato	MASSA À BOLONHESA
Sobremesa	GELATINA
Lanche	IOGURTE E PEÇA DE FRUTA

4 DE NOVEMBRO – SEXTA-FEIRA	
Sopa	LEGUMES
Prato	FEVERAS ESTUFADAS C/ PURÉ
Sobremesa	LARANJA
Lanche	PÃO C/ QUEIJO E SUMO



Semana de 7 a 11 de Novembro



7 DE NOVEMBRO – SEGUNDA-FEIRA	
Sopa	FEIJÃO VERDE
Prato	LOMBO DE PORCO ASSADO NO FORNO C/ BATATA ASSADA E ESPARREGADO
Sobremesa	PERA
Lanche	PÃO C/ QUEIJO E SUMO

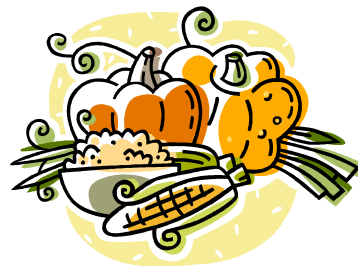
8 DE NOVEMBRO – TERÇA-FEIRA	
Sopa	ESPINAFRES
Prato	PEIXE ASSADO NO FORNO C/ MASSA
Sobremesa	MAÇA
Lanche	PÃO C/ QUEIJO E SUMO

9 DE NOVEMBRO – QUARTA-FEIRA	
Sopa	NABIÇAS
Prato	JARDINEIRA DE VACA
Sobremesa	GELATINA
Lanche	IOGURTE E PEÇA DE FRUTA

10 DE NOVEMBRO – QUINTA-FEIRA	
Sopa	LEGUMES
Prato	ALMONDEGAS ESTUFADAS C/ MASSA E SALADA
Sobremesa	BANANA
Lanche	IOGURTE E PEÇA DE FRUTA

11 DE NOVEMBRO – SEXTA-FEIRA	
Sopa	FEIJÃO
Prato	CARNE DE PORCO À ALENTEJANA
Sobremesa	TANGERINA
Lanche	PÃO C/FIAMBRE E MANTEIGA E LEITE

As ementas podem sofrer alterações, O lanche só se aplica ao pré-escolar

**Semana de 14 a 18 de Novembro**

14 DE NOVEMBRO – SEGUNDA-FEIRA	
Sopa	CANJA
Prato	LULAS ESTUFADAS C/ PURÉ
Sobremesa	BANANA
Lanche	PÃO C/ QUEIJO E SUMO

15 DE NOVEMBRO – TERÇA-FEIRA	
Sopa	CALDO VERDE
Prato	PERNA DE PERÚ ASSADA NO FORNO C/ BATATA ASSADA E SALADA
Sobremesa	MAÇA
Lanche	PÃO C/ QUEIJO E SUMO

16 DE NOVEMBRO – QUARTA-FEIRA	
Sopa	NABIÇAS
Prato	ARROZ DE PEIXE
Sobremesa	GELATINA
Lanche	IOGURTE E PEÇA DE FRUTA

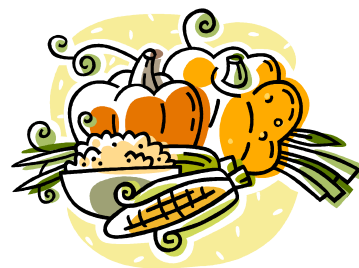
17 DE NOVEMBRO – QUINTA-FEIRA	
Sopa	FEIJÃO VERDE
Prato	FEVERAS ESTUFADAS C/ BATATA FRITA E SALADA
Sobremesa	LARANJA
Lanche	IOGURTE E PEÇA DE FRUTA

18 DE NOVEMBRO – SEXTA-FEIRA	
Sopa	LEGUMES
Prato	DOURADINHOS C/ ARROZ
Sobremesa	TANGERINA
Lanche	PÃO C/FIAMBRE E MANTEIGA E LEITE

As ementas podem sofrer alterações, O lanche só se aplica ao pré-escolar



Semana de 21 a 25 de Novembro



21 DE NOVEMBRO – SEGUNDA-FEIRA	
Sopa	CALDO VERDE
Prato	HAMBURGUER C/ BATATA FRITA E OVO ESTRELADO
Sobremesa	MAÇA
Lanche	PÃO C/ QUEIJO E SUMO

22 DE NOVEMBRO – TERÇA-FEIRA	
Sopa	NABIÇAS
Prato	FRANGO ASSADO COM MASSA E SALADA
Sobremesa	BANANA
Lanche	IOGURTE E PEÇA DE FRUTA

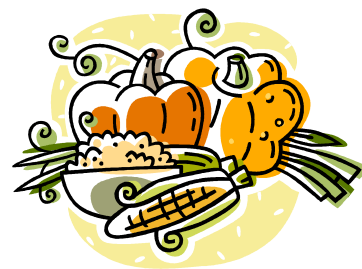
23 DE NOVEMBRO – QUARTA-FEIRA	
Sopa	FEIJÃO VERDE
Prato	MEDALHÕES DE PESCADA ASSADOS NO FORNO C/ PURÉ
Sobremesa	GELATINA
Lanche	IOGURTE E PEÇA DE FRUTA

24 DE NOVEMBRO – QUINTA-FEIRA	
Sopa	LEGUMES
Prato	BIFES DE PERU GRELHADOS C/ ARROZ E SALADA
Sobremesa	TANGERINA
Lanche	PÃO C/FIAMBRE E MANTEIGA E LEITE

25 DE NOVEMBRO – SEXTA-FEIRA	
Sopa	ERVILHAS
Prato	MASSA C/ CARNE E SALADA
Sobremesa	MAÇA
Lanche	PÃO C/ QUEIJO E SUMO



Semana de 28 a 30 de Novembro



28 DE NOVEMBRO – SEGUNDA-FEIRA	
Sopa	ERVILHAS
Prato	PEIXE FRITO C/ ARROZ DE TOMATE
Sobremesa	MAÇA
Lanche	PÃO C/ QUEIJO E SUMO

29 DE NOVEMBRO – TERÇA-FEIRA	
Sopa	LEGUMES
Prato	EMPADÃO DE CARNE
Sobremesa	TANGERINA
Lanche	IOGURTE E PEÇA DE FRUTA

30 DE NOVEMBRO – QUARTA-FEIRA	
Sopa	ERVILHAS
Prato	ARROZ DE PEIXE
Sobremesa	BANANA
Lanche	IOGURTE E PEÇA DE FRUTA