

EMENTA SEMANAL

2018 / 2019



SEMANA 1

PEQUENO - ALMOÇO / LANCHE

2^a

*Pequeno - Almoço: Cereais com leite
Lanche: Bolo de cenoura e leite*

3^a

*Pequeno - Almoço: Fruta da época e bolacha maria
Lanche: Pão, iogurte e fruta da época*

4^a

*Pequeno - Almoço: Cereais com leite
Lanche: Croissant e batido de leite*

5^a

*Pequeno - Almoço: Panquecas com doce e leite
Lanche: Sandes mista de ovo, alface e tomate com leite*

6^a

*Pequeno - Almoço: Pão e iogurte
Lanche: Piza e sumo*



Notas:

1- Todos os dias temos a opção de dieta (Carne ou Peixe Cozido ou Grelhado).

2 - O almoço é sempre acompanhado de salada. No lanche temos sempre a opção de chá ou água.

A ementa poderá, pontualmente, sofrer alterações mediante os alimentos disponíveis no mercado angolano, e/ou por razões de ordem técnica e de manutenção dos equipamentos.

EMENTA SEMANAL

2018 / 2019



SEMANA 1

ALMOÇO

2^a

SOPA: Paisana de Legumes

PRATO: Jardineira de Frango

SOBREMESA: Fruta da época(banana/abacaxi/ melancia/melão/manga/mamão/laranja/maçã/ pêra)

3^a

SOPA: Feijão com hortaliça

PRATO: Massa de atum com legumes e ovo

SOBREMESA: Gelatina e/ou fruta da época

4^a

SOPA: Sopa de peixe

PRATO: Carne de porco assada com arroz e salsichas

SOBREMESA: Fruta da época(banana/abacaxi/ melancia/melão/manga/mamão/laranja/maçã/ pêra)

5^a

SOPA: Creme de cenoura

PRATO: Peixe grelhado com batatas e legumes

SOBREMESA: Pudim Flan e/ou fruta da época

6^a

SOPA: Caldo Verde

PRATO: Chili de carne com feijão e arroz

SOBREMESA: Salada de fruta



Notas:

1- Todos os dias temos a opção de dieta (Carne ou Peixe Cozido ou Grelhado).

2 - O almoço é sempre acompanhado de salada. No lanche temos sempre a opção de chá ou água.

A ementa poderá, pontualmente, sofrer alterações mediante os alimentos disponíveis no mercado angolano, e/ou por razões de ordem técnica e de manutenção dos equipamentos.