

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS JÚLIO DANTAS - Ementa do Mês de Setembro de 2016

Dias da Semana	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	
BOM APETITE!	BOM ANO LETIVO					
	a) Fruta da época – Três variedades				<p>Dia 15 Sopa – Alho francês</p> <p>Prato – Filetes de pescada panados (forno) com arroz de ervilhas</p> <p>Salada – Variada</p> <p>Sobremesa – Fruta da época - a)</p>	<p>Dia 16 Sopa – Couve lombarda</p> <p>Prato – Bife de peru estufado com esparguete</p> <p>Salada – Variada</p> <p>Sobremesa – Fruta da época - a)</p>
<p>Outono</p>  <p style="font-size: small;">noyanapolit 2006</p>	<p>Dia 19 Sopa – Creme de cenoura com nabiça</p> <p>Prato – Maruca no forno (tomate, cebola) com batata e brócolos cozidos</p> <p>Salada – Variada</p> <p>Sobremesa – Fruta da época - a)</p>	<p>Dia 20 Sopa – Alface</p> <p>Prato – Febras de porco grelhadas com arroz de feijão</p> <p>Salada – Variada</p> <p>Sobremesa – Fruta da época - a)</p>	<p>Dia 21 Sopa – Juliana</p> <p>Prato – Empadão de atum</p> <p>Salada – Variada.</p> <p>Sobremesa – Fruta da época - a)</p>	<p>Dia 22 Sopa – Espinafres</p> <p>Prato – Salada de frango (massa)</p> <p>Salada – Variada</p> <p>Sobremesa – Fruta da época - a)</p>	<p>Dia 23 Sopa – Grão com massa</p> <p>Prato – Carapau frito com arroz de tomate</p> <p>Salada – Variada</p> <p>Sobremesa – Gelatina</p>	
	<p>Dia 26 Sopa – Agrião</p> <p>Prato – Bife de peru com cogumelos e natas com esparguete</p> <p>Salada - Variada</p> <p>Sobremesa – Fruta da época - a)</p>	<p>Dia 27 Sopa – Creme de feijão branco</p> <p>Prato – Abrótea no forno com batata assada e feijão verde cozido</p> <p>Salada – Variada</p> <p>Sobremesa – Fruta da época - a)</p>	<p>Dia 28 Sopa – Creme de brócolos e couve flor</p> <p>Prato – Lombo de porco assado no forno com arroz de legumes</p> <p>Salada – Variada</p> <p>Sobremesa – Fruta da época - a)</p>	<p>Dia 29 Sopa – Alho francês</p> <p>Prato – Salada de grão, bacalhau, ovo</p> <p>Salada – Variada</p> <p>Sobremesa – Fruta da época - a)</p>	<p>Dia 30 Sopa – Couve lombarda</p> <p>Prato – Jardineira de frango</p> <p>Salada – Variada</p> <p>Sobremesa – Fruta da época - a)</p>	

