


1, 2, 3...

AEA ... Uma colherada de cada vez Ementa: maio 2024

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Semana 1 De: 06/05 A: 10/05	Sopa: Sopa de cenoura 2º Prato: Almôndegas de vaca em molho de tomate com massa Salada: Alface-roxa, cenoura e pepino Sobremesa: Laranja	Sopa: Sopa de grão com espinafres 2º Prato: Pescada cozida com batata e couve-flor cozida Salada: Tomate, pepino, cenoura e cebola Sobremesa: Banana	Sopa: Sopa de alho-francês 2º Prato: <i>Stroganoff</i> de peru com cogumelos e arroz de ervilhas Salada: Alface, tomate e cenoura Sobremesa: Pêssego	DIA DA EUROPA  Sopa: Caldo-verde 2º Prato: Dourada à moda de Spetses (ilha grega) no forno com batata assada Salada: Salada Cipriota (alface, coentros, repolho, pepino, rúcula, tomate, cebola, beringela e azeitonas) Sobremesa: Maçã	Sopa: Sopa de brócolos 2º Prato: Feijão com ovos e massa Salada: Alface, pepino, tomate e couve-roxa Sobremesa: Pera
Semana 2 De: 13/05 A: 17/05	Sopa: Sopa de alface 2º Prato: Empadão de arroz com atum Salada: Alface, tomate e cenoura Sobremesa: Morangos	Sopa: Sopa de couve-flor 2º Prato: Costeletas de porco de cebolada com massa esparguete Salada: Tomate, alface, cenoura e cebola Sobremesa: Pera	Sopa: Sopa de agrião 2º Prato: Grão cozido com batata, bacalhau e cenoura cozida Salada: Tomate, pepino e cebola Sobremesa: Maçã	Sopa: Juliana 2º Prato: Frango assado com arroz de macedónia Salada: Alface, couve-roxa e cenoura Sobremesa: Laranja	Sopa: Creme de ervilhas 2º Prato: Peixe-espada branco grelhado com batata assada e feijão-verde cozido Salada: Tomate, pepino, cenoura e cebola Sobremesa: Banana
Semana 3 De: 20/05 A: 24/05	Sopa: Sopa de abóbora 2º Prato: Legumes à Brás Salada: Pepino, alface e cebola Sobremesa: Pera	Sopa: Puré de feijão com couve 2º Prato: Solha no forno com arroz de pimentos Salada: Alface, couve-roxa e cenoura Sobremesa: Banana	Sopa: Sopa de espinafres 2º Prato: Bifes de peru grelhados com massa Salada: Tomate, pepino, cenoura e cebola Sobremesa: Laranja	Sopa: Sopa de alho-francês 2º Prato: Jardineira de pota Salada: Alface, pepino, tomate e couve-roxa Sobremesa: Maçã	Sopa: Sopa de coentros 2º Prato: Carne de porco assada com arroz de cenoura Salada: Alface-roxa, cenoura e pepino Sobremesa: Pêssego
Semana 4 De: 27/05 A: 31/05	Sopa: Sopa de brócolos 2º Prato: Medalhões de pescada no forno com arroz de coentros Salada: Alface, couve-roxa e cenoura Sobremesa: Morangos	Sopa: Sopa de cenoura 2º Prato: Esparguete à bolonhesa com carne de porco Salada: Alface-roxa, cenoura e pepino Sobremesa: Pera	Sopa: Sopa de grão com beldroegas 2º Prato: Perca grelhada com batata e brócolos cozidos Salada: Alface, pepino, tomate e couve-roxa Sobremesa: Maçã	<h1>Feriado</h1>	

