

<b>EMENTA</b>					
	<b>2ª Feira</b>	<b>3ª Feira</b>	<b>4ª Feira</b>	<b>5ª Feira</b>	<b>6ª Feira</b>
<b>Sopa</b>	Sopa de feijão verde, curgete e cebola		Sopa de agrião e feijão branco		Creme de brócolos (batata, couve-flor, cenoura, brócolos, cebola)
<b>Prato</b>	Douradinhos de pescada no forno, arroz de tomate e coentros	Sandes de atum	Badejo assado com ervas aromáticas (ou estufado), arroz de cenoura	Sandes de bife de frango	Esparguete à bolonhesa de atum
<b>Prato vegetariano</b>	Crepes de legumes no forno, arroz de tomate e coentros	Sandes de húmus	Feijão estufado com repolho, arroz de cenoura	Sandes de crepe de legumes	Guisado de grão com cogumelos (grão, cogumelos, cenoura, tomate, cebola, alho e orégãos), esparguete
<b>Salada/ Legumes</b>	Salada de alface, cebola e tomate		Salada de alface e beterraba		Salada de alface, tomate e couve roxa
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	Peça de fruta e bolachas Maria/Madalena	Fruta da época	Peça de fruta e bolachas Maria/Madalena	Gelado de leite/água ou fruta da época

A entidade organizadora do Programa Municipal Férias de Verão, reserva-se no direito de efetuar as alterações que considerar necessárias na ementa.