Apalmeirinha externato

Ementa Semanal

2 a 6 de Novembro

2ª feira	Sopa de Nabiças, Strogonoff de peru c/ arroz Salada de Tomate Fruta Lanche: leite simples/chocolate + pão com manteiga/ queijo
3ª feira	Sopa de Legumes. Filetes de Pescada c/ Arroz Salada Mista Fruta / Gelatina Lanche: Iogurte + pão com manteiga/ Doce de morango
4ª feira	Sopa de Nabiças, Frango n/ forno Salada mista Fruta Lanche: leite simples/chocolate + pão com manteiga/ queijo
5ª feira	Sopa de Agrião. Salada de Atum c/feijão frade e legumes cozidos Fruta/Gelatina Lanche: Iogurte + pão com manteiga/marmelada
6ª feira	Sopa de Alho Francês. Almondegas c/ esparguete Salada mista Fruta Lanche: leite simples/chocolate + pão com manteiga

Apalmeirinha externato

Ementa Semanal (Creche)

	3 a 7 de Novembro
2ª feira	Sopa de Nabiças, Bifinhos de Frango c/ Fusilli e Legumes Fruta Lanche: Iogurte Natural + pão com manteiga
3ª feira	Sopa de Legumes. Filetes de Pescada c/ Arroz Mista Fruta Lanche: Papa
4ª feira	Sopa de Nabiças, Arroz de Frango Fruta Lanche: Iogurte Natural + pão com manteiga
5ª feira	Sopa de Agrião. Salada de Peixe/freijão frade Fruta Lanche: Papa
6ª feira	Sopa de Alho Francês. Carne picada c/ esparguete Fruta Lanche: Iogurte Natural + pão com manteiga