Apalmeirinha externato

Ementa Semanal

16 a 20 de Novembro

2ª feira	**Sopa de Legumes.** **Bifinhos de Peru c/ massa espiral** **Salada de Tomate.** **Fruta** **Lanche: leite simples/chocolate + pão com manteiga/fiambre**
3ª feira	**Sopa Creme de Cenoura.** **Peixe Cozido c/ Legumes** **Fruta/ Gelatina** **Lanche: Iogurte + pão com manteiga/Doce de Morango**
4ª feira	**Sopa de Agrião.** **Hamburguer de frango c/ lacinhos Salada de Alface** **Fruta** **Lanche: leite simples/chocolate + pão com manteiga/fiambre**
5ª feira	**Sopa de Couve Lombarda.** **Douradinhos no Forno c/ Arroz** **Salada Mista** **Gelatina / Fruta** **Lanche: Iogurte + pão com manteiga/queijo**
6ª feira	**Sopa de Espinafres,** **Empadão de Carne. Salada Alface** **Fruta** **Lanche: leite simples/chocolate + pão com manteiga/fiambre**



Ementa Semanal (Creche)

16 a 20 de Novembro (Creche)

2ª feira	**Sopa de Legumes.** **Hamburguer de Frango c/ Lacinhos** **Fruta** **Lanche:Iogurte Natural + pão com manteiga**
3ª feira	**Sopa Creme de Cenoura.** **Peixe Cozido c/ Legumes** **Fruta** **Lanche: Papa**
4ª feira	**Sopa de Agrião,** **Bifinhos de Peru c/massa espiral** **Fruta** **Lanche: Iogurte Natural+ pão com manteiga**
5ª feira	**Sopa de Couve Lombarda.** **Peixe Estufado c/ batata** **Fruta** **Lanche: Papa**
6ª feira	**Sopa de Espinafres,** **Empadão de carne** **Fruta** **Lanche: Iogurte Natural + pão com manteiga**