

Ementas refeições *take-away* de 17 de março a 3 de abril de 2020

EMENTA TAKE-AWAY de 17 de março a 3 de abril de 2020				
ALMOÇO				LANCHE
Dia 17, 26 de março e 3 de abril	Refeição	Cavala enlatada com feijão-frade enlatado, e milho enlatado Pão de mistura (35g)		Refeição a frio Leite simples, bolachas tipo maria e fruta
	Sobremesa	Fruta ao natural		
Dia 18, 27 de março	Refeição	Arroz de salsichas, cenoura e ervilhas Pão de mistura (35g)		Refeição a quente Leite simples, pão de mistura com manteiga e fruta
	Sobremesa	Fruta ao natural		
Dia 19, 30 de março	Refeição	Pão de mistura (70g) com atum enlatado		Refeição a frio Leite simples, pão de mistura com doce e fruta
		Batatas fritas de pacote		
	Sobremesa	Fruta ao natural		
Dia 20, 31 de março	Refeição	Douradinhos de pescada no forno com salada russa (batata, ervilhas e cenoura) Pão de mistura (35g)		Refeição a quente Leite simples, pão de mistura e manteiga e fruta
	Sobremesa	Fruta ao natural		
Dia 23 de março e 1 de abril	Refeição	Sardinha enlatada com grão enlatado e macedónia enlatada Pão de mistura (35g)		Refeição a frio Leite simples, pão de mistura com doce e fruta
	Sobremesa	Fruta ao natural		
Dia 24 de março e 2 de abril	Refeição	Nuggets de frango no forno com esparguete e feijão-verde Pão de mistura (35g)		Refeição a quente Leite achocolatado, pão de mistura com manteiga e fruta
	Sobremesa	Fruta ao natural		