



INSTITUTO DOS PUPILOS DO EXÉRCITO

Ementa Semanal



DIA	PEQUENO ALMOÇO	LANCHE	ALMOÇO		LANCHE	JANTAR		Suplemento Noturno		DIETA (só almoço)
			Sopa	Prato		Sopa	Prato	Alunos	Pess Serviço	
Domingo 23-Abr	Chourição e Manteiga		Baloço	Baloço		Baloço	Baloço		Pão, água, queijo, marmelada, sumo e fruta	
Segunda-feira 24-Abr	Chourição e Manteiga		Baloço	Baloço		Baloço	Baloço		Pão, água, queijo, fiambre, ice tea e fruta	
Terça-feira 25-Abr	Queijo e Doce		Baloço	Baloço		Baloço	Baloço		Pão, água, queijo, chourição, sumo e fruta	
Quarta-feira 26-Abr	Fiambre e Manteiga	Sumo e Sandes de Ovo	Tomate c/ pão Torrado	Carne de Porco à Portuguesa	Leite de Choc e Barras de Cereais	Tomate c/ pão Torrado	Carapau Grelhado c/ Batata e Grelos	logurte e fruta	Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Bife de Perú c/ Arroz
Quinta-feira 27-Abr	Chourição e Doce	Leite de Choc e Barra de Cereais ou Bolo	Grão c/ Espinafres	Feijoada de Choco	Sumo e Pão c/ Chouriço ou Pão c/ Manteiga	Grão c/ Espinafres	Costeletas de Porco à Salsicheiro	Barra cereais e leite Simples	Pão, água, queijo, fiambre, sumo e fruta	Pescada Cozida c/ Batata e Legumes
Sexta-feira 28-Abr	Queijo e Manteiga	Leite Simples e Lanche Misto	Camponesa	Lasanha de Carne	logurte líquido, Bolacha Maria e Fruta	Camponesa	Peixe Espada Frito c/ Arroz de Tomate		Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Hamburger c/ Esparguete
Sábado 29-Abr	Fiambre e Manteiga		Feijão Verde	Arroz de Peixe		Feijão Verde	Frango Guisado c/ Macarrão		Pão, água, queijo, fiambre, sumo e fruta	

Notas: O Pequeno-Almoço é sempre composto por pão, leite UHT, café, chocolate em pó, açúcar e cereais.
O almoço é sempre acompanhado de salada
A sobremesa ao almoço e ao jantar é fruta da época. Quarta-feira a sobremesa é complementada com "Surpresa do Fundador"
Esta ementa pode sofrer alterações