



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	13-Ago	Chourição e Manteiga	Baloço	Baloço		Baloço	Baloço		Pão, água, queijo, marmelada, sumo e fruta		
Segunda-feira	14-Ago	Chourição e Manteiga	Baloço	Baloço		Baloço	Baloço		Pão, água, queijo, fiambre, ice tea e fruta		
Terça-feira	15-Ago	Queijo e Doce	Baloço	Baloço		Baloço	Baloço		Pão, água, queijo, chourição, sumo e fruta		
Quarta-feira	16-Ago	Fiambre e Manteiga	Sumo e Sandes de Ovo	Caseira	Alheira c/Batata Frita	Leite de Choc e Barras de Cereais	Caseira	Lombos de Perca Grelhada c/ Batata e Brócolos	logurte e fruta	Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Bife de Perú Grelhado c/ Arroz
Quinta-feira	17-Ago	Chourição e Doce	Leite de Choc e Bolo Embalado	Grão c/Espinafres	Pescada á Minhota	Sumo e Pão c/ Chouriço ou Pão c/ Manteiga	Grão c/Espinafres	Bife de Frango c/ Esparguete	Barra cereais e leite c/chocolate	Pão, água, queijo, fiambre, sumo e fruta	Pescada Cozida c/ Batata e Legumes
Sexta-feira	18-Ago	Queijo e Manteiga	Leite Simples e Lanche Misto	Aldeã	Carne de Vaca á Jardineira	logurte líquido, Bolacha Maria e Fruta	Aldeã	Pescada Frita c/ Arroz de Feijão		Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Bife de Vaca Grelhado c/ Arroz
Sábado	19-Ago	Fiambre e Manteiga		Baloço	Baloço		Baloço	Baloço		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