



# INSTITUTO DOS PUILOS DO EXÉRCITO

## Ementa Semanal



DIA	PEQUENO ALMOÇO	LANCHE	ALMOÇO		LANCHE	JANTAR		Suplemento Noturno		DIETA (só almoço)
			Sopa	Prato		Sopa	Prato	Alunos	Pess Serviço	
<b>Domingo</b> 15-abr			Nabiça	Bacalhau à Gomes de Sá		Nabiça	Arroz Misto		Pão, água, queijo, marmelada, sumo e fruta	
<b>Segunda-feira</b> 16-abr	Chourição e Manteiga	Sumo e Sandes de Queijo	Agrião	Hamburguer c/ Esparguete	Bolo e Leite Simples	Agrião	Rissóis de Camarão c/ Arroz de Cenoura	logurte e Fruta	Pão, água, queijo, fiambre, ice tea e fruta	Hamburguer Grelhado c/ Esparguete
<b>Terça-feira</b> 17-abr	Queijo e Doce	Sumo e Sandes de Fiambre	Alho Francês	Arroz de Pato	Barra de Cereais com Leite c/ Chocolate	Alho Francês	Salmão Grelhado c/ Batata e Bróculos	Barra de Cereais e Leite c/ Chocolate	Pão, água, queijo, chourição, sumo e fruta	Frango Cozido c/ Arroz
<b>Quarta-feira</b> 18-abr	Fiambre e Manteiga	Ice Tea e Sandes de Ovo	Caseira	Alheira c/ Batata Frita	Barra de Cereais com Leite c/ Chocolate	Caseira	Perca Grelhada c/ Batata e Bróculos	logurte e Fruta	Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Bife de Perú c/ Arroz
<b>Quinta-feira</b> 19-abr	Chourição e Doce	Bolo ou Pão c/ Chouriço com Sumo	Grão c/ Espinafres	Pescada Frita c/ Arroz de Feijão	Pão c/ Manteiga/ Barra de Cereais e Leite simples	Grão c/ Espinafres	Bife de Frango c/ Esparguete	Barra de Cereais e Leite c/ Chocolate	Pão, água, queijo, fiambre, sumo e fruta	Pescada Cozida c/ Batata e Legumes
<b>Sexta-feira</b> 20-abr	Queijo e Manteiga	Sumo e Lanche Misto	Aldeã	Carne de Vaca à Jardineira	logurte Liquido, Bolacha e Fruta	Aldeã	Crôquetes de Carne c/ Arroz Alegre		Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Bife de Vaca Grelhado c/ Esparguete
<b>Sábado</b> 21-abr	Fiambre e Manteiga		Creme de Abóbora	Peito de Frango Gratinado c/ Macarrão		Creme de Abóbora	Pescada à Minhota		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

