



INSTITUTO DOS PUILOS DO EXÉRCITO

Ementa Semanal



DIA	PEQUENO ALMOÇO	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO		LANCHE TARDE	JANTAR		Suplemento Noturno		DIETA (só almoço)	Ementa Vegetariana	
			Sopa	Prato		Sopa	Prato	Alunos	Pess Serviço			
Domingo	11-nov	Chouriço e Manteiga		Creme de Cenoura		Creme de Cenoura			Pão, água, queijo, marmelada, sumo e fruta			
Segunda-feira	12-nov	Chouriço e Manteiga	Sumo e Sandes de Queijo	Agrião	Hamburger c/ Esparguete	Barras de Cereais c/ Leite Simples	Agrião	Rissóis de Camarão c/ Arroz de Cenoura	logurte e Fruta	Pão, água, queijo, fiambre, ice tea e fruta	Hamburger c/ Esparguete	
Terça-feira	13-nov	Queijo e Doce	Sumo e Sandes de Fiambre	Alho Francês	Arroz de Pato	Bolo c/ Leite Simples	Alho Francês	Salmão c/ Batata e Bróculos	Barra de Cereais e Leite c/ Chocolate	Pão, água, queijo, chouriço, sumo e fruta	Frango Cozido c/ Arroz	
Quarta-feira	14-nov	Fiambre e Manteiga	Ice Tea e Sandes de Ovo	Caseira	Alheira c/ Batata Frita	logurte Liquido, Bolacha e Fruta	Caseira	Lombos de Perca c/ Batata e Bróculos	Pão c/ Chouriço e Sumo	Pão, água, queijo, chouriço, ice tea e fruta	Peito de Frango c/ Macarrão	
Quinta-feira	15-nov	Chouriço e Doce	Pão c/Chouriço	Grão c/ Espinafres	Pescada Frita c/ Arroz de Feijão	Pão c/ Marmelada	Grão c/ Espinafres	Bife de Frango c/ Esparguete	Barra de Cereais e Leite Simples	Pão, água, queijo, fiambre, sumo e fruta	Pescada Cozida c/ Batata e Legumes	
Sexta-feira	16-nov	Queijo e Manteiga	Lanche Mistto c/ Sumo	Creme de Cenoura	Bacalhau à Brás	Barra de Cereais e Leite Simples	Creme de Cenoura			Pão, água, queijo, chouriço, ice tea e fruta	Bacalhau Cozido c/ Batata e Legumes	
Sábado	17-nov	Fiambre e Manteiga		Creme de Legumes			Creme de Legumes	Strogonoff de Perú c/ Arroz		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