



# 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			
<b>Domingo</b>	<b>07/abr</b>	Chourição e Manteiga		Caseira	Filetes pescada c/ arroz de cenoura	Caseira	douradinhos de frango c/massa espiral		Pão, água, queijo, marmelada, sumo e fruta			
<b>Segunda-feira</b>	<b>08/abr</b>	Chourição e Manteiga	Sumo e Sandes de Queijo	Tomate c/pão torrado	Carne de porco à portuguesa	Snack c/recheio de chocolate c/ Leite Simples	Tomate c/pão torrado	Carapaus grelhados c/ batata e grelos	logurte e Fruta	Pão, água, queijo, fiambre, ice tea e fruta	Bife de Frango grelhado c/arroz e legumes	Crepes c/legumes salteados
<b>Terça-feira</b>	<b>09/abr</b>	Queijo e Doce	Barra de Cereais e Leite Simples	Grão c/espinafres	Feijoada de cocos	Pão c/fiambre e Ice Tea	Grão c/espinafres	Costoletas de porco à salsicheiro c/ esparguete	Barra de Cereais e Leite c/ Chocolate	Pão, água, queijo, chourição, sumo e fruta	Chocos grelhados c/ batata e legumes	Hamburger de Espinafres c/ Arroz
<b>Quarta-feira</b>	<b>10/abr</b>	Fiambre e Manteiga	Sumo Tetra Park e Sandes de Ovo	Camponesa	Lasanha de carne	Barra de Cereais e Leite Achocolatado	Camponesa	Peixe Espada frito c/ arroz de tomate	logurte e Fruta	Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Bife de Peru grelhado c/esparguete	Legumes estufados c/soja e Arroz
<b>Quinta-feira</b>	<b>11/abr</b>	Chourição e Doce	Bolo e Leite Achocolatado	Creme de Ervilhas	Bacalhau à Brás	Pão c/manteiga e Sumo	Creme de Ervilhas	Carne de porco assada c/arroz de cenoura	Barra de Cereais e Leite Simples	Pão, água, queijo, fiambre, sumo e fruta	Pescada cozida c/ Batata e legumes	Rissóis de Tofu c/ Arroz
<b>Sexta-feira</b>	<b>12/abr</b>	Queijo e Manteiga	Lanche Misto e Leite Simples	Caldo Verde	Almôndegas c/ Esparguete	logurte Líquido, Fruta Variada e Bolacha	Caldo Verde	Pastéis de Bacalhau c/ Arroz de Feijão		Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Hambúrguer Grelhado c/ Esparguete	Bolonhesa de soja
<b>Sábado</b>	<b>13/abr</b>	Fiambre e Manteiga		BALOIÇO	BALOIÇO		BALOIÇO	BALOIÇO		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

