



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	05/mai	Chourição e Manteiga		Espinafres	Bacalhau c/Natas		Espinafres	Roti de Perú assado c/ arroz		Pão, água, queijo, marmelada, sumo e fruta		
Segunda-feira	06/mai	Chourição e Manteiga	Sumo e Sandes de Queijo	Creme de Abóbora	Esparguete à Bolonhesa	Snack c/recheio de chocolate c/ Leite Simples	Creme de Abóbora	Perca grelhada c/ batata e feijão verde	logurte e Fruta	Pão, água, queijo, fiambre, ice tea e fruta	Bife de Frango grelhado c/arroz de cenoura	Hamburger de Espinafres c/ Arroz
Terça-feira	07/mai	Queijo e Doce	Barra de Cereais e Leite Simples	Caseira	Filetes pescada c/ arroz de cenoura	Pão c/fiambre e Ice Tea	Caseira	Nuggets c/massa espiral	Barra de Cereais e Leite c/ Chocolate	Pão, água, queijo, chourição, sumo e fruta	Carapaus grelhados c/ batata	Bolonhesa de soja
Quarta-feira	08/mai	Fiambre e Manteiga	Sumo Tetra Park e Sandes de Ovo	Tomate c/pão torrado	Carne de Porco à portuguesa	Barra de Cereais e Leite Achocolatado	Tomate c/pão torrado	Carapaus grelhados c/ batat e grelos	logurte e Fruta	Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Bife de Peru grelhado c/arroz	Rissóis de Tofu c/ Arroz
Quinta-feira	09/mai	Chourição e Doce	bolo e Leite Achocolatado	Grão c/espinafres	Feijoada de chocos	Pão c/manteiga e Sumo	Grão c/espinafres	Costoletas de porco à salsicheiro c/ esparguete	Barra de Cereais e Leite Simples	Pão, água, queijo, fiambre, sumo e fruta	Chocos grelhados c/ batata e brócolos	Crepes c/legumes salteados
Sexta-feira	10/mai	Queijo e Manteiga	Lanche Mistto e Leite Simples	Camponesa	Lasanha de carne	logurte Líquido, Fruta Variada e Bolacha	Camponesa	Peixe espada frito c/ arroz de tomate		Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Bife de vaca grelhado c/arroz de cenoura	Legumes estufados c/soja e Arroz
Sábado	11/mai	Fiambre e Manteiga		Feijão verde	Arroz de peixe		Feijão verde	Frnago 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