



INSTITUTO DOS PUPILOS 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	12/mai	Chourição e Manteiga		Caldo Verde	Almondegas c/ esparguete		Caldo Verde	Pastéis de Bacalhau c/ arroz de feijão		Pão, água, queijo, marmelada, sumo e fruta		
Segunda-feira	13/mai	Chourição e Manteiga	Sumo e Sandes de Queijo	Juliana	Bitoque	Snack c/recheio de chocolate c/ Leite Simples	Juliana	Dourada grelhada c/ batata e feijão verde	logurte e Fruta	Pão, água, queijo, fiambre, ice tea e fruta	Bife de Vaca grelhado c/arroz e legumes	Crepes c/legumes salteados
Terça-feira	14/mai	Queijo e Doce	Barra de Cereais e Leite Simples	Crema de Cenoura	Strogonoff de Perú c/ arroz	Pão c/fiambre e Ice Tea	Crema de Cenoura	Massada de peixe	Barra de Cereais e Leite c/ Chocolate	Pão, água, queijo, chourição, sumo e fruta	Bife de frango grelhado c/arroz de cenoura	Legumes estufados c/soja e Arroz
Quarta-feira	15/mai	Fiambre e Manteiga	Sumo Tetra Park e Sandes de Ovo	Nabiça	Bacalhau à Gomes de Sá	Barra de Cereais e Leite Acolado	Nabiça	Arroz Misto	logurte e Fruta	Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Bacalhau cozido c/ batata e grelos	Bolonhesa de soja
Quinta-feira	16/mai	Chourição e Doce	Barra de cereais e Leite Acolado	Agrião	Hamburguer c/ esparguete	Pão c/chouriço e Sumo	Agrião	Rissóis de camarão c/ arroz de cenoura	Barra de Cereais e Leite Simples	Pão, água, queijo, fiambre, sumo e fruta	Hamburguer grelhado c/massa	Rissóis de Tofu c/ Arroz
Sexta-feira	17/mai	Queijo e Manteiga	Lanche Misto e Leite Simples	Alho francês	Arroz de pato	logurte Líquido, Fruta Variada e Bolacha	Alho francês	Salmão grelhado c/ batata e brócolos		Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Bife de peru grelhado c/ arroz de ervilhas	Hamburger de Espinafres c/ Arroz
Sábado	18/mai	Fiambre e Manteiga		Caseira	Alheira c/batata frita		Caseira	Lombos perca grelhada c/batata e brócolos		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

