



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	09/mai	Chouriço e Manteiga		Grão c/Espinafres	Costeletas de Porco à Salsicheiro c/ Esparguete		Grão c/Espinafres	Feijoada de Chocos		Pão, água, queijo, marmelada, sumo e fruta		
Segunda-feira	10/mai	Chouriço e Manteiga	Sumo e Sandes de Queijo	Camponesa	Lasanha de Carne	Snack c/recheio de chocolate c/ Leite Simples	Camponesa	Peixe Espada Frito c/ Arroz de Tomate	logurte e Fruta	Pão, água, queijo, fiambre, ice tea e fruta	Pescada cozida c/ batata	Crepes c/legumes salteados
Terça-feira	11/mai	Queijo e Doce	Barra de Cereais e Leite Simples	Feijão verde	Arroz de peixe	Pão c/fiambre e Ice Tea	Feijão verde	Frango guisado c/ macarrão	Barra de Cereais e Leite c/ Chocolate	Pão, água, queijo, chouriço, sumo e fruta	Almondegas de avez c/arroz	Rissóis de Tofu c/ Arroz
Quarta-feira	12/mai	Fiambre e Manteiga	Sumo Tetra Park e Sandes de Ovo	Caldo verde	Almondegas c/ esparguete	Barra de Cereais e Leite Achocolatado	Caldo verde	Pasteis de bacalhau c/ arroz de feijão	logurte e Fruta	Pão, água, queijo, chouriço, ice tea e fruta	Bife de peru c/arroz de milho	Legumes estufados c/soja e Arroz
Quinta-feira	13/mai	Chouriço e Doce	Barra de cereais e Leite Achocolatado	Juliana	Bitoque	Pão c/ chouriço e Sumo	Juliana	Dourada grelhada c/ batata e feijão verde	Barra de Cereais e Leite Simples	Pão, água, queijo, fiambre, sumo e fruta	Bife de vaca grelhado c/arroz de cenoura	Bolonhesa de soja
Sexta-feira	14/mai	Queijo e Manteiga	Lanche Misto e Leite Simples	Crema de cenoura	Strogonoff de peru c/ arroz	logurte Líquido, Fruta Variada e Bolacha	Crema de cenoura	Massada de peixe		Pão, água, queijo, chouriço, ice tea e fruta	Bacalhau cozido c/ batata	Hamburger de Espinafres c/ Arroz
Sábado	15/mai	Fiambre e Manteiga		Nabiça	Bacalhau à gomes de sá		Nabiça	Arroz misto		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

