



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	08/set	Chourição e Manteiga		Tomate c/ pão torrado	Carne de Porco à Portuguesa		Tomate c/ pão torrado	Carapaus Grelhados c/ Batata e Grelós		Pão, água, queijo, marmelada, sumo e fruta		
Segunda-feira	09/set	Chourição e Manteiga	Sumo e Sandes de Queijo	Grão c/ espinafres	Feijoada de Chocos	Snack c/ recheio de chocolate c/ Leite Simples	Grão c/ Espinafres	Costeletas de Porco à Salsicheiro c/ Esparguete	logurte e Fruta	Pão, água, queijo, fiambre, ice tea e fruta	Carapau Grelhado c/ Batata cozida	Rissóis de Tofu c/ Arroz
Terça-feira	10/set	Queijo e Doce	Barra de Cereais e Leite Simples	Camponesa	Lasanha de Carne	Pão c/fiambre e Ice Tea	Camponesa	Peixe Espada Frito c/ Arroz de Tomate	Barra de Cereais e Leite c/ Chocolate	Pão, água, queijo, chourição, sumo e fruta	Espetada de Perú c/ Massa	Crepes c/legumes salteados
Quarta-feira	11/set	Fiambre e Manteiga	Sumo Tetra Park e Sandes de Ovo	Feijão Verde	Arroz de Peixe	Barra de Cereais e Leite Achocolatado	Feijão Verde	Frango guisado c/ macarrão	logurte e Fruta	Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Perca Grelhada c/ Arroz	Hamburger de Espinafres c/ Arroz
Quinta-feira	12/set	Chourição e Doce	Barra de Cereais e Leite Achocolatado	Grão c/ Espinafres	Pescada Frita c/ Arroz de Feijão	Pão c/ Chouriço e Sumo	Grão c/ Espinafres	Bife de Frango c/ Esparguete	Barra de Cereais e Leite Simples	Pão, água, queijo, fiambre, sumo e fruta	Salmão Grelhado c/ Batata Cozida	Bolonhesa de soja
Sexta-feira	13/set	Queijo e Manteiga	Lanche Misto e Leite Simples	Juliana	Bitoque	logurte Líquido, Fruta Variada e Bolacha	Juliana	Dourada Grelhada c/ Batata e Feijão Verde		Pão, água, queijo, chourição, ice tea e fruta	Frango no Forno c/ Arroz	Legumes estufados c/soja e Arroz
Sábado	14/set	Fiambre e Manteiga		Creme de Cenoura	Strogonoff de Perú c/ Arroz		Creme de Cenoura	Massada de Peixe		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

