

# Escola do 1º Ciclo de Alcantarilha

Ementa nº 4



**Segunda**

Sopa: Creme de cenoura  
Prato: Arroz de polvo  
Sobremesa: Maçã



**Terça**

Sopa: Feijão verde  
Prato: Bife de peru com cogumelos, esparquete e salada de alface com agrião  
Sobremesa: Bananas

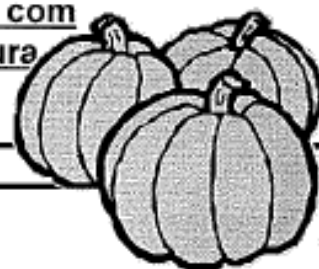
**Quarta**

Sopa: Nabiça  
Prato: Salmão no forno com batata cozida e feijão  
Sobremesa: Pudim



**Quinta**

Sopa: Feijão com legumes  
Prato: Alcatra de vaca estufada com arroz de ervilhas e cenoura  
Sobremesa: Pêra



**Sexta**

Sopa: Agrião  
Prato: Abrótea cozida com batata  
Sobremesa: Fruta



Observação: por motivos de força maior, a ementa poderá ser alterada.