



# Ementa

## INSTITUTO PEDRO HISPANO

Semana de 28 de novembro a 2 de dezembro 2022

---

### Segunda

Sopa	Sopa de legumes
Prato	Esparguete à bolonhesa
Dieta	Esparguete à bolonhesa de frango
Salada	Salada mista
Sobremesa	Fruta
Pão	Pão de mistura

---

### Terça

Sopa	Sopa de ervilha
Prato	Atum com feijão-frade
Dieta	Pescada cozida com batata
Salada	Salada mista e legumes
Sobremesa	Fruta
Pão	Pão de mistura

---

### Quarta

Sopa	Sopa de fava
Prato	Frango assado com arroz de cenoura
Dieta	
Salada	Salada mista
Sobremesa	Fruta
Pão	Pão de mistura

---

### Quinta

Sopa	Sopa de feijão- verde
Prato	Abrotea assada com puré de batata
Dieta	
Salada	Salada mista e legumes
Sobremesa	Fruta
Pão	Pão de mistura

---

### Sexta

Sopa	Sopa de couve lombarda
Prato	Costeleta grelhada com arroz de cenoura e feijão preto
Dieta	
Salada	Ssalada mista
Sobremesa	Fruta
Pão	Pão de mistura

---