

EMENTA

Semana de 04 a 08 de Janeiro de 2010

2ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Feijão verde Empadão de atum com arroz, salada de alface, tomate e cenoura ralada Fruta de época variada (3 variedades)	Valor Calórico
3ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Lombardo com feijão Esparguete à Bolonhesa com salada de cenoura, pepino e beterraba Fruta de época variada (3 variedades)	
4ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Couve portuguesa Tranches de peixe no forno com batata e brócolos Fruta de época variada (3 variedades) / logurte de aromas	Valor Calórico
5ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Creme de cenoura Pá de porco assada com fusili e esparregado de espinafres Fruta de época variada (3 variedades)	Valor Calórico
6ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Abóbora com alho francês Bacalhau à Gomes de Sá com salada de tomate, alface e milho Fruta de época variada (3 variedades) / Leite creme	Valor Calórico

NOTA: Em todas as refeições está incluído um pão embalado de mistura e água

Objectivos:

Reconhecimento do direito das pessoas em situação de pobreza e exclusão social a viver com dignidade e a participar plenamente na sociedade;

Um aumento do sentimento de pertença colectiva relativamente às políticas de inclusão social, salientando a responsabilidade de todos na resolução da pobreza e da marginalização;

A existência de uma sociedade mais coesa onde não haja dúvidas de que a sociedade, no seu todo, beneficia com a erradicação da pobreza;

Um compromisso de todos os actores, porque um progresso real requer um esforço a longo prazo que envolva todos os níveis de governação.



Nota: A ementa pode ser alterada por motivos imprevistos;
Foi calculada a média da fruta.

EMENTA

Semana de 11 a 15 de Janeiro de 2010

2ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Espinafres Peru estufado com batata assada e salada de tomate, alface e beterraba Fruta de época variada (3 variedades de fruta) / Pêra caramelizada	Valor Calórico
3ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Couve flor e brócolos Filetes com arroz de tomate e salada de milho. Tomate e cenoura Fruta de época variada (3 variedades de fruta)	
4ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Nabiças Feijoada (vaca, porco, chouriço, feijão catarino e couve lombarda) com arroz branco Fruta de época variada (3 variedades de fruta)	Valor Calórico
5ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Repolho com grão Pescada com molho de tomate e puré de batata e salada de alface, tomate e couve flor Fruta de época variada (3 variedades de fruta) / Iogurte de aromas	Valor Calórico
6ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Creme de abóbora Febra de porco grelhada com esparguete e salada de alface, tomate e pepino Fruta de época variada (3 variedades de fruta)	Valor Calórico

NOTA: Em todas as refeições está incluído um pão embalado de mistura e água (única bebida permitida).



Na União Europeia, há 78 milhões de pessoas – o correspondente a 16% da população – que vivem em risco de pobreza.

Dados recentes dos inquéritos Eurobarómetro revelam que os europeus têm uma percepção da pobreza enquanto problema generalizado: os cidadãos consideram que à sua volta uma em cada três pessoas (29%) vive em situação de pobreza e que uma em cada 10 sofre de pobreza extrema. Em todos os Estados-Membros, parte da população está sujeita à exclusão e a privações, enfrentando frequentemente restrições no acesso aos serviços básicos. 19% das crianças estão em risco de pobreza e uma em cada 10 vive em agregados familiares onde ninguém trabalha.

Todos podemos colaborar.

Nota: A ementa pode ser alterada por motivos imprevistos;
Foi calculada a média da fruta.

EMENTA

Semana de 18 a 22 de Janeiro de 2010

2ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Canja de galinha Abrótea estufada com batata e feijão verde Fruta de época variada (3 variedades)	Valor Calórico
3ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Nabo com feijão vermelho Ovos mexidos com arroz, alface, tomate e couve roxa Fruta de época variada (3 variedades / Gelatina)	Valor Calórico
4ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Creme de legumes Empadão (puré de batata) de pescada com brócolos cozidos Fruta de época variada (3 variedades)	Valor Calórico
5ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Caldo verde Frango assado com esparguete, cenoura, pepino e beterraba Fruta de época variada (3 variedades)	Valor Calórico
6ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Alho francês Pescada assada no forno com arroz e salada mista Fruta de época variada (3 variedades) / Maçã cozida	Valor Calórico

NOTA: Em todas as refeições está incluído um pão embalado de mistura e água (única bebida permitida).

A Assembléia Geral das Nações Unidas declarou 2010 como o Ano Internacional da Biodiversidade e encorajou os Estados Membros e outros actores a tirar vantagem do Ano para aumentar a conscientização da importância da biodiversidade por meio de ações promocionais a níveis local, regional e internacional bem como a apoiarem atividades a serem organizadas por países em desenvolvimento, especialmente países menos desenvolvidos.



“celebrar a diversidade da vida na Terra e contrariar a perda da biodiversidade no mundo”

Nota: A ementa pode ser alterada por motivos imprevistos;
Foi calculada a média da fruta.

EMENTA

Semana de 25 a 29 de Janeiro de 2010

2ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Lombarda á juliana Bifana grelhada com esparguete e salada mista ou couve flor Fruta de época variada (3 variedades) / logurte de aromas	Valor Calórico
3ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Creme de favas Bacalhau com Natas (batata cozida) e salada de alface, couve roxa e beterraba Fruta de época variada (3 variedades) / Gelatina	Valor Calórico
4ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Legumes Perú guisado com macarronete e salada de alface, tomate e pepino Fruta de época variada (3 variedades) / Arroz doce	Valor Calórico
5ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Nabiças Red fish no forno com batata assada, salada de alface, beterraba e pepino Fruta de época variada (3 variedades)	Valor Calórico
6ª	SOPA PRATO SOBREMESA	Creme de alface Empadão de carne de vitela (arroz), alface, milho e cenoura ralada Fruta de época variada (3 variedades)	Valor Calórico

NOTA: Em todas as refeições está incluído um pão embalado de mistura e água (única bebida permitida).

Portugal, em consequência da sua localização geográfica e condicionantes geofísicas, possui uma grande diversidade biológica, incluindo um elevado número de endemismos e de espécies-reliquia do ponto de vista biogeográfico e/ou genético.

A biodiversidade como património natural constitui um factor importante de afirmação de uma identidade própria no contexto da diversidade europeia e mundial, a par do património histórico e cultural a ela ligados.

