**Ementas elaboradas pelos alunos do 8º ano**

**Ementa 1**

Sopa de espinafres

Prato – polvo à lagareiro com batatas a murro e salada de alface

Sobremesa – morangos

Bebida – água

**Ementa 2**

**Sopa – caldo verde**

**Prato – bifinhos de peru com arroz branco e salada mista de alface, cenoura e tomate**

**Sobremesa – melancia**

**Bebida – água**

**Ementa 3**

Sopa de cenoura

Prato – salmão grelhado batata cozida e brócolos, ou salada russa de batata e cenoura aos cubos e ervilhas.

Sobremesa – salada de fruta (maçã, pera, morangos e kiwi)

Bebida - água

**Ementa 4**

Sopa de tomate

Prato – frango assado com arroz de cenoura e salada de alface e tomate

Sobremesa – maçã

Bebida – água

**Ementa 5**

Sopa de cenoura

Prato – dourada grelhada com batata cozida e grelhos

Sobremesa – maçã assada

Bebida – água

**Ementa 6**

Sopa – caldo verde

Prato – arroz de atum (fresco) com salada de alface

Sobremesa – melancia

Bebida – água

**Ementa 7**

Sopa de espinafres

Prato – bife de vaca com arroz branco e salada mista de alface, tomate e cenoura

Sobremesa - morangos

Bebida – água

**Ementa 8**

Sopa caramela (feijão seco, legumes diversos e carne de porco

Sobremesa – melão

Bebida – água