

EMENTAS DA SEMANA

De 10-06-2024 a 14-06-2024

Ano Escolar: 2023/2024

Local: Escola Básica de Campia

Tipo de Refeição: Almoço

		Carne	Peixe	Vegetariano
2ª FEIRA	Sopa			
	Prato			
	Vegetais			
	Sobremesa			
	Pão			
3ª FEIRA	Sopa	Sopa de Espinafres		Sopa de Espinafres
	Prato	Vitela estufada com massa penne		Bolonhesa de lentilhas com massa penne
	Vegetais	Salada Variada ou Legumes Cozidos		Salada Variada ou Legumes Cozidos
	Sobremesa	Fruta da Época		Fruta da Época
	Pão	Pão e broa		Pão e broa
4ª FEIRA	Sopa		Sopa de Feijão	Sopa de Feijão
	Prato		Salmão no forno com batata noisette	Salteado de seitan com batata corada
	Vegetais		Salada Variada ou Legumes Cozidos	Salada Variada ou Legumes Cozidos
	Sobremesa		Fruta da Época	Fruta da Época
	Pão		Pão e broa	Pão e broa
5ª FEIRA	Sopa	Sopa de Courgette		Sopa de Courgette
	Prato	Frango guisado com massa		Massa à Lavrador com chouriço vegetal
	Vegetais	Salada Variada ou Legumes Cozidos		Salada Variada ou Legumes Cozidos
	Sobremesa	Fruta da Época		Fruta da Época
	Pão	Pão e broa		Pão e broa
6ª FEIRA	Sopa		Creme de Legumes	Creme de Legumes
	Prato		Filete de Pescada gratinado com arroz de tomate	Rissóis de feijão com arroz de tomate
	Vegetais		Salada Variada ou Legumes Cozidos	Salada Variada ou Legumes Cozidos
	Sobremesa		Fruta da Época/Pudim	Fruta da Época
	Pão		Pão e broa	Pão e broa