

## EMENTAS DA SEMANA

De 27-05-2024 a 31-05-2024

**Ano Escolar: 2023/2024**

**Local: Escola Básica de Vouzela Tipo de Refeição: Almoço**

		<b>Carne</b>	<b>Peixe</b>	<b>Vegetariano</b>
<b>2ª FEIRA</b>	<b>Sopa</b>		Sopa à Lavrador	Sopa à Lavrador
	<b>Prato</b>		Bacalhau à Brás	Legumes à Brás
	<b>Vegetais</b>		Salada Variada ou Legumes Cozidos	Salada Variada ou Legumes Cozidos
	<b>Sobremesa</b>		Fruta da Época	Fruta da Época
	<b>Pão</b>		Pão e broa	Pão e broa
<b>3ª FEIRA</b>	<b>Sopa</b>	Canja		Sopa de Legumes
	<b>Prato</b>	Perú no forno com massa espiral		Strogonof de tofu com massa espiral
	<b>Vegetais</b>	Salada Variada ou Legumes Cozidos		Salada Variada ou Legumes Cozidos
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época		Fruta da Época
	<b>Pão</b>	Pão e broa		Pão e broa
<b>4ª FEIRA</b>	<b>Sopa</b>		Sopa de Macedónia	Sopa de Macedónia
	<b>Prato</b>		Maruca no forno com arroz de legumes	Alheira vegetariana com arroz de legumes
	<b>Vegetais</b>		Salada Variada ou Legumes Cozidos	Salada Variada ou Legumes Cozidos
	<b>Sobremesa</b>		Fruta da Época	Fruta da Época
	<b>Pão</b>		Pão e broa	Pão e broa
<b>5ª FEIRA</b>	<b>Sopa</b>			
	<b>Prato</b>			
	<b>Vegetais</b>			
	<b>Sobremesa</b>			
	<b>Pão</b>			
<b>6ª FEIRA</b>	<b>Sopa</b>		Sopa de Repolho	Sopa de Repolho
	<b>Prato</b>		Arroz de Tamboril	Arroz de legumes com seitan
	<b>Vegetais</b>		Salada Variada ou Legumes Cozidos	Salada Variada ou Legumes Cozidos
	<b>Sobremesa</b>		Fruta da Época/ Mousse de chocolate	Fruta da Época
	<b>Pão</b>		Pão e broa	Pão e broa