

EMENTAS DA SEMANA

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

Ano Escolar: 2023/2024

Local: Escola Secundária de Vouzela Tipo de Refeição: Almoço

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