

EMENTAS DA SEMANA

de 29-04-2024 a 03-05-2024

Ano Escolar: 2023/2024

Local: Escola Básica de Vouzela Tipo de Refeição: Almoço

		Carne	Peixe	Vegetariano
2ª FEIRA	Sopa		Sopa de Repolho	Sopa de Repolho
	Prato		Empadão de batata com bacalhau e espinafres	Empadão de soja com espinafres
	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
3ª FEIRA	Sopa	Canja		Sopa de Legumes
	Prato	Feijoada com arroz branco		Feijão estufado com cenoura e arroz branco
	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			
	Prato			
	Vegetais			
	Sobremesa			
	Pão			
5ª FEIRA	Sopa	Sopa à Lavrador		Sopa à Lavrador
	Prato	Frango estufado com esparguete		Almôndegas vegetarianas com esparguete
	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		Sopa de Abóbora com Alho Francês	Sopa de Abóbora com Alho Francês
	Prato		Abrótea no forno com arroz de legumes	Bifes de Tofu 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