

## EMENTAS DA SEMANA

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

**Ano Escolar:** 2023/2024

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

		Carne	Peixe	Vegetariano
<b>2ª FEIRA</b>	<b>Sopa</b>		Sopa de Repolho	Sopa de Repolho
	<b>Prato</b>		Empadão de batata com bacalhau e espinafres	Empadão de soja com espinafres
	<b>Vegetais</b>		Salada Variada ou Legumes Cozidos	Salada Variada ou Legumes Cozidos
	<b>Sobremesa</b>		Fruta da Época/ Pudim	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>	Feijoada com arroz branco		Feijão estufado com cenoura e arroz branco
	<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>			
	<b>Prato</b>			
	<b>Vegetais</b>			
	<b>Sobremesa</b>			
	<b>Pão</b>			
<b>5ª FEIRA</b>	<b>Sopa</b>	Sopa à Lavrador		Sopa à Lavrador
	<b>Prato</b>	Frango estufado com esparguete		Almôndegas vegetarianas com esparguete
	<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>6ª FEIRA</b>	<b>Sopa</b>		Sopa de Abóbora com Alho Francês	Sopa de Abóbora com Alho Francês
	<b>Prato</b>		Abrótea no forno com arroz de legumes	Bifes de Tofu 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