

EMENTAS DA SEMANA

de 06-05-2024 a 10-05-2024

Ano Escolar: 2023/2024

Local: Escola Básica de Vouzela Tipo de Refeição: Almoço

		Carne	Peixe	Vegetariano
2ª FEIRA	Sopa	Alho Francês		Alho Francês
	Prato	Fêveras de cebolada com batata cozida		Seitan de cebolada com batata cozida
	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		Creme de Cenoura	Creme de Cenoura
	Prato		Feijão frade com cavala e ovo	Salada de Feijão Frade
	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 Legumes		Sopa de Legumes
	Prato	Esparguete à Bolonesa		Massada de legumes
	Vegetais	Salada Variada ou Legumes Cozidos/ Gelatina		Salada Variada ou Legumes Cozidos
	Sobremesa	Fruta da Época		Fruta da Época
	Pão	Pão e broa		Pão e broa
5ª FEIRA	Sopa		Caldo Verde	Caldo Verde
	Prato		Filetes de perca no forno com puré	Salteado de legumes e cogumelos com puré
	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 Feijão Verde		Sopa de Feijão Verde
	Prato	Espetadas de peru com arroz de legumes		Estufado de lentilhas 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