

Ementa

Semana de 26/11/2018 a 30/11/2018

Segunda-feira

26/11/2018

Sopa: Juliana

Prato: Bifinhos de peru com arroz de feijão

Salada: Alface, tomate e beterraba

Sobremesa: Laranja, maçã e pera

Terça-feira

27/11/2018

Sopa: Grão-de-bico com espinafres

Prato: Caldeirada de lulas

Salada: Alface, tomate e pepino

Sobremesa: Banana, maçã e kiwi

Quarta-feira

28/11/2018

Sopa: Lavrador

Prato: Hambúrgueres de novilho estufadas com esparguete

Salada: Alface, tomate e pepino

Sobremesa: Pera, maçã e tangeras

Quinta-feira

29/11/2018

Sopa: Creme de couve-flor

Prato: Robalo grelhado com batata cozida

Salada: Tomate, cenoura e brócolos

Sobremesa: Kiwi, Laranja e maçã/Fruta assada

Sexta-feira

30/11/2018

Sopa: Agrião

Prato: Salada de frango com massa fussili

Salada: Couve- roxa, milho e tomate

Sobremesa: Maçã, laranja e pera

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES

ESCOLAS DE FERREIRAS
Victor
26/11/18



Ementa

Semana de 19/11/2018 a 23/11/2018

Segunda-feira

19/11/2018

Sopa: Couve branca com cenoura ripada
Prato: Pescada cozida com batata
Salada: Couve-flor, cenoura e feijão-verde
Sobremesa: Pera, maçã e melão/Fruta cozida

Terça-feira

20/11/2018

Sopa: Feijão vermelho com hortaliça
Prato: Mista de carne grelhada com esparguete
Salada: Cenoura, couve roxa e tomate
Sobremesa: Laranja, pera e maçã

Quarta-feira

21/11/2018

Sopa: Creme de abóbora e espinafres
Prato: Salada de grão com bacalhau e ovo
Salada: Alface, cenoura e tomate
Sobremesa: Maçã, Pera e banana

Quinta-feira

22/11/2018

Sopa: Caldo verde
Prato: Almondegas estufadas com esparguete
Salada: Alface, beterraba e milho
Sobremesa: Laranja, banana e maçã

Sexta-feira

23/11/2018

Sopa: da Horta
Prato: Solha frita com arroz de cenoura
Salada: Alface, tomate e beterraba
Sobremesa: Maçã, banana e pera

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES





Ementa

Semana de 12/11/2018 a 16/11/2018

Segunda-feira

12/11/2018

Sopa: Espinafres

Prato: Febras estufadas com arroz de feijão

Salada: Beterraba, alface e tomate

Sobremesa: Banana, kiwi e maçã

Terça-feira

13/11/2018

Sopa: Feijão-verde

Prato: Arroz de polvo

Salada: Tomate, milho e pimento

Sobremesa: Pera, maçã e banana

Quarta-feira

14/11/2018

Sopa: Saloia

Prato: Coxa de peru no forno com esparguete

Salada: Alface, cenoura e tomate

Sobremesa: Pera, banana e maçã

Quinta-feira

15/11/2018

Sopa: Creme de legumes

Prato: Dourada grelhada com batata cozida

Salada: Alface, couve roxa e milho

Sobremesa: Pera, maçã e kiwi/ Maça assada

Sexta-feira

16/11/2018

Sopa: Grão com couve lombarda

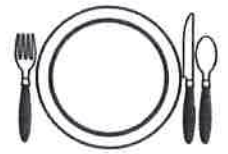
Prato: Jardineira de vaca

Salada: Alface, beterraba e cenoura

Sobremesa: Maçã, kiwi e pera

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES

Handwritten signature and date:
16/11/18



Ementa

Semana de 05/11/2018 a 09/11/2018

Segunda-feira

05/11/2018

Sopa: Abóbora com massinhas
Prato: Abrótea cozida com batata
Salada: Alface, milho e tomate
Sobremesa: Banana, kiwi e maçã

Terça-feira

06/11/2018

Sopa: Alho francês com curgete
Prato: Empadão de carne
Salada: Alface, couve roxa e cenoura
Sobremesa: Tangeras, laranja e maçã

Quarta-feira

07/11/2018

Sopa: Grelos
Prato: Bacalhau à Brás
Salada: Alface, tomate e cenoura
Sobremesa: Abacaxi, maçã e pera/Gelatina

Quinta-feira

08/11/2018

Sopa: Creme de brócolos com feijão branco
Prato: Feijoada
Salada: Alface, pepino e tomate
Sobremesa: Laranja, pera e maçã

Sexta-feira

09/11/2018

Sopa: Caldo Verde
Prato: Filetes de pescada no forno com arroz de cenoura
Salada: Alface, beterraba e milho
Sobremesa: Maçã, banana e castanhas

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES

