

# Ementa

## Semana de 08/04/2019 a 12/04/2019

### Segunda-feira

08/04/2019

Sopa: Feijão vermelho com hortaliça  
Prato: Douradinhos de salmão com arroz de cenoura  
Salada: Cenoura, tomate e milho  
Sobremesa: Banana, maçã e Ancores

### Terça-feira

09/04/2019

Sopa: Creme de abóbora com espinafres  
Prato: Salada de frango com massa fussili e ovo  
Salada: Beterraba, alface e pimento  
Sobremesa: Maçã, pera e laranja

### Quarta-feira

10/04/2019

Sopa: Caldo Verde  
Prato: Filetes de pescada no forno com batata  
Salada: Alface, tomate e pepino  
Sobremesa: Maçã, pera e banana

### Quinta-feira

11/04/2019

Sopa: Couve -branca com cenoura  
Prato: Febras grelhadas com esparguete  
Salada: Beterraba, alface e tomate  
Sobremesa: Ancores, pera e maçã

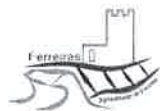
### Sexta-feira

12/04/2019

Sopa: Horta  
Prato: Arroz de polvo  
Salada: Feijão-verde, cenoura e brócolos  
Sobremesa: Laranja, maçã e banana

**EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES**

*Vale Carro*  
*28/03/19*



## **Ementa Vegetariana**

### *Semana de 08/04/2019 a 12/04/2019*

#### **Segunda-feira**

08/04/2019

Sopa: Feijão vermelho com hortaliça  
Prato: Salada de batata, brócolos e cenoura  
Salada: Cenoura, milho e tomate  
Sobremesa: Banana, maçã e Ancores

#### **Terça-feira**

09/04/2019

Sopa: Creme de abóbora com espinafres  
Prato: Feijão preto estufado com massa espiral e cenoura  
Salada: Beterraba, alface e pimento  
Sobremesa: Maçã, pera e laranja

#### **Quarta-feira**

10/04/2019

Sopa: Caldo Verde  
Prato: Arroz de lentilhas e feijão- verde  
Salada: Alface, tomate e pepino  
Sobremesa: Maçã, pera e banana

#### **Quinta-feira**

11/04/2019

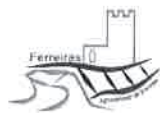
Sopa: Couve -branca com cenoura  
Prato: Legumes à bolonhesa com feijão branco e esparguete  
Salada: Beterraba, alface e tomate  
Sobremesa: Ancores, pera e maçã

#### **Sexta-feira**

12/04/2019

Sopa: Horta  
Prato: Ervilhas estufadas com cenoura e batata corada  
Salada: Feijão-verde, cenoura e brócolos  
Sobremesa: Laranja, maçã e banana

**EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES**



# Ementa

## Semana de 15/04/2019 a 19/04/2019

### Segunda-feira

15/04/2019

Sopa: Alho Francês

Prato: Bife de frango no forno com batata corada

Salada: Alface, couve roxa e pepino

Sobremesa: Laranja, maçã e pera

### Terça-feira

16/04/2019

Sopa: Caldo Verde

Prato: Calamares com arroz de ervilhas

Salada: Alface, milho e tomate.

Sobremesa: Banana, maçã e kiwi

### Quarta-feira

17/04/2019

Sopa: Creme de ervilhas

Prato: Almondegas em molho de tomate com esparguete

Salada: Alface, beterraba e milho

Sobremesa: Pera, maçã e laranja

### Quinta-feira

18/04/2019

TOLERÂNCIA DE PONTO

### Sexta-feira

19/04/2019

FERIADO

**EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES**

*Vita Faria*  
25/03/19



## **Ementa Vegetariana**

### ***Semana de 15/04/2019 a 19/04/2019***

#### **Segunda-feira**

**15/04/2019**

Sopa: Alho Francês

Prato: Arroz de cogumelos com ervilhas e cenoura

Salada: Alface, couve roxa e pepino

Sobremesa: Laranja, maçã e pera

#### **Terça-feira**

**16/04/2019**

Sopa: Caldo Verde

Prato: Salada de batata com grão-de-bico, couve lombarda e cenoura

Salada: Alface, milho e tomate.

Sobremesa: Banana, maçã e kiwi

#### **Quarta-feira**

**17/04/2019**

Sopa: Creme de ervilhas

Prato: Estufado de cogumelos com massa espiral e jardineira de legumes

Salada: Alface, beterraba e milho

Sobremesa: Pera, maçã e laranja

#### **Quinta-feira**

**18/04/2019**

**TOLERÂNCIA DE PONTO**

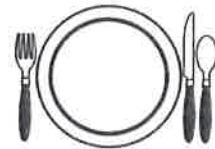
#### **Sexta-feira**

**19/04/2019**

**FERIADO**

**EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES**

*Handwritten signature and date: 25/03/19*



# Ementa

*Semana de 22/04/2019 a 26/04/2019*

## Segunda-feira

22/04/2019

Sopa: Juliana

Prato: Feijoada de choco

Salada: Alface, tomate e cebola

Sobremesa: Banana, pera e maçã

## Terça-feira

23/04/2019

Sopa: Legumes com ervilhas

Prato: Costeletas de porco estufadas com esparguete

Salada: Alface, couve roxa e cenoura

Sobremesa: Pera, laranja e maçã

## Quarta-feira

24/04/2019

Sopa: Creme de abóbora com feijão-verde

Prato: Salmão grelhado com batata cozida

Salada: Alface, beterraba e brócolos

Sobremesa: Gelatina, pera, maçã e kiwi

## Quinta-feira

25/04/2019

FERIADO

(Dia da Liberdade)

## Sexta-feira

26/04/2019

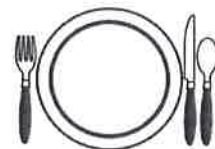
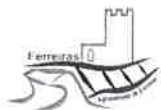
Sopa: Camponesa

Prato: Arroz de Pato

Salada: Cenoura, alface e couve roxa

Sobremesa: Ananás, laranja e kiwi

**EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES**



# Ementa Vegetariana

## Semana de 22/04/2019 a 26/04/2019

### Segunda-feira

22/04/2019

Sopa: Juliana

Prato: Estufado de cogumelos com tomate e arroz branco

Salada: Alface, tomate e cenoura

Sobremesa: Pera, maçã e banana

### Terça-feira

23/04/2019

Sopa: Legumes com ervilhas

Prato: Empadão de legumes

Salada: Couve roxa, cebola e tomate

Sobremesa: Pera, laranja e maçã

### Quarta-feira

24/04/2019

Sopa: Creme de abóbora com feijão-verde

Prato: Arroz de açafraão com ervilhas e milho

Salada: Alface, beterraba e cenoura ralada

Sobremesa: Gelatina, pera, maçã, kiwi

### Quinta-feira

25/04/2019

FERIADO

(Dia da Liberdade)

### Sexta-feira

26/04/2019

Sopa: Camponesa

Prato: Massa penne com estufado de legumes chineses

Salada: Milho, pepino e tomate

Sobremesa: Ananás, laranja e kiwi

**EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES**

ESCOLAS DE FERREIRAS  
Vista  
25/03/19