

Ementa

Semana de 02/05/2022 a 06/05/2022

Segunda-feira

02/05/2022

Sopa: Creme de cenoura com massinhas
Prato: Salada de frango com massa penne
Salada: Beterraba, cenoura e tomate
Sobremesa: Meloa, maçã e laranja

Terça-feira

03/05/2022

Sopa: Minestrone
Prato: Feijoadade de choco
Salada: Alface, couve em juliana e milho
Sobremesa: Maçã, morangos e kiwi

Quarta-feira

04/05/2022

Sopa: Feijão-vermelho com couve lombarda
Prato: Febras grelhadas com arroz de legumes
Salada: Alface, milho e tomate
Sobremesa: Banana, maçã, pêra e fruta assada

Quinta-feira

05/05/2022

Sopa: Legumes
Prato: Bacalhau à Gomes Sá
Salada: Alface, beterraba e pepino
Sobremesa: Tangerina, meloa e maçã

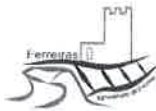
Sexta-feira

06/05/2022

Sopa: Creme de couve-flor
Prato: Bife de peru com esparguete
Salada: Alface, cenoura e tomate
Sobremesa: Laranja, maçã, banana e fruta cozida

ALBUFEIRA ORIENTAL ESCOLA
Vito Jam 3
07/04/22

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES



Ementa

Semana de 09/05/2022 a 13/05/2022

Segunda-feira

09/05/2022

Sopa: Alho-francês com cenoura

Prato: Filetes de pescada panados no forno com puré de batata

Salada: Alface, beterraba e pepino

Sobremesa: Melão, laranja e maçã

Terça-feira

10/05/2022

Sopa: Couve branca

Prato: Costeletas de porco com massa fussili

Salada: Cenoura, milho e tomate

Sobremesa: Nectarina, morango e pêra

Quarta-feira

11/05/2022

Sopa: Creme de ervilhas e cenoura

Prato: Dourada grelhada com batata cozida

Salada: Alface, cenoura e curgete

Sobremesa: Laranja, abacaxi, banana e pudim flan

Quinta-feira

12/05/2022

Sopa: Espinafres com cenoura

Prato: Chili com arroz branco

Salada: Alface, cenoura e couve-roxa

Sobremesa: Maçã, melão, pêra

Sexta-feira

13/05/2022

Sopa: Grellos

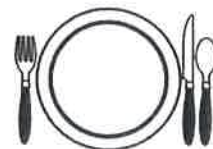
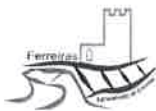
Prato: Massada de tamboril

Salada: Tomate, alface e beterraba

Sobremesa: Banana, laranja e maçã

Handwritten signature and date: 07/04/22

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES



Ementa Vegetariana

Semana de 02/05/2022 a 06/05/2022

Segunda-feira

02/05/2022

Sopa: Creme de cenoura com massinhas

Prato: Salada de feijão-frade com batata, cenoura, ervilha e azeitonas

Salada: Beterraba, cenoura e tomate

Sobremesa: Meloa, maçã e laranja

Terça-feira

03/05/2022

Sopa: Minestrone

Prato: Arroz de açafão com ervilhas, milho e cenoura

Salada: Alface, couve em juliana e milho

Sobremesa: Maçã, morangos e kiwi

Quarta-feira

04/05/2022

Sopa: Feijão-vermelho com couve lombarda

Prato: Lentilhas estufadas com ratatouille

Salada: Alface, milho e tomate

Sobremesa: Banana, maçã, pêra e fruta assada

Quinta-feira

05/05/2022

Sopa: Legumes

Prato: Massa espiral estufada com cenoura, cogumelos e ervilhas

Salada: Alface, beterraba e pepino

Sobremesa: Tangerina, meloa e maçã

Sexta-feira

06/05/2022

Sopa: Creme de couve-flor

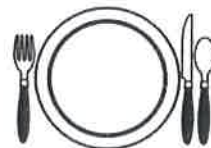
Prato: Favas guisadas com soja

Salada: Alface, cenoura e tomate

Sobremesa: Laranja, maçã, banana e fruta cozida

Victor João
07/09/22

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES



Ementa Vegetariana

Semana de 09/05/2022 a 13/05/2022

Segunda-feira

09/05/2022

Sopa: Alho-francês com cenoura

Prato: Estufado de cogumelos com tomate e arroz de milho e cenoura

Salada: Alface, beterraba e pepino

Sobremesa: Melão, laranja e maçã

Terça-feira

10/05/2022

Sopa: Couve branca

Prato: Empadão de legumes (feijão-verde e cenoura) com grão-de-bico

Salada: Cenoura, milho e tomate

Sobremesa: Nectarina, morango, pêra e fruta assada

Quarta-feira

11/05/2022

Sopa: Creme de ervilhas e cenoura

Prato: Seitan guisado com cenoura, curgete e couve-lombarda com esparguete

Salada: Alface, cenoura e curgete

Sobremesa: Laranja, abacaxi e banana

Quinta-feira

12/05/2022

Sopa: Espinafres com cenoura

Prato: Lentilhas estufadas com salada russa (batata, ervilha, feijão-verde e cenoura)

Salada: Alface, cenoura e couve-roxa

Sobremesa: Maçã, melão, pêra e fruta cozida

Sexta-feira

13/05/2022

Sopa: Grelos

Prato: Chili vegetariano com soja e arroz branco

Salada: Tomate, alface e beterraba

Sobremesa: Banana, laranja e maçã

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES

Victoria Fernandes
09/05/22