

EMENTA

06 a 10 de Novembro de 2023

2ª Feira

Sopa: Feijão-verde

Pão de Mistura

Prato: Panados de carne com arroz de legumes, salada de pepino e cenoura

Vegetariano: Douradinhos com arroz de legumes e salada de pepino e cenoura

Sobremesa: Fruta da época

3ª Feira

Sopa: Alho francês

Pão de Mistura

Prato: Badejo com batata cozida, ovo, brócolos e cenoura

Vegetariano: Salada de batata, ervilhas, ovo cozido, brócolos e cenoura

Sobremesa: Gelatina / Pudim / Fruta da época

4ª Feira

Sopa: Feijão com couve

Pão de Mistura

Prato: Carne de novilho estufada com esparguete, salada de alface, cenoura e tomate

Vegetariano: Massa esparguete com ovo cozido, salada de alface, cenoura e tomate

Sobremesa: Fruta da época

5ª Feira

Sopa: Espinafres

Pão de Mistura

Prato: Salada de atum com feijão-verde, batata, ervilha, cenoura, ovo, cebola e salsa, salada de milho e cenoura

Vegetariano: Salada de feijão-frade (batata, cenoura, feijão-frade, ervilha, cenoura, tomate e azeitonas), salada de milho e cenoura

Sobremesa: Fruta da época

6ª Feira

Sopa: Ervilhas

Pão de Mistura

Prato: Frango assado no forno com arroz branco, saldada de couve-roxa e pepino

Vegetariano: Fatiado de legumes com espirais, salada de couve-roxa e pepino

Sobremesa: Fruta da época

Ementa sujeita a alteração

Freguesia de Ferreira-a-Nova

