

EMENTA

04 a 07 de dezembro de 2023

2ª Feira

Sopa: Feijão-verde

Pão de Mistura

Prato: Panados de frango com arroz de cenoura e ervilhas, salada de pepino e cenoura

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

Sobremesa: Fruta da época

3ª Feira

Sopa: Couve

Pão de Mistura

Prato: Massada de bacalhau, saldada de couve-roxa e pepino

Vegetariano: Massinha à Siciliana (grão, tomate e azeitonas), salada de couve-roxa e pepino

Sobremesa: Gelatina / Pudim / Fruta da época

4ª Feira

Sopa: Ervilhas

Pão de Mistura

Prato: Carne picada com feijão "chili" e arroz branco e salada de alface e cenoura

Vegetariano: Arroz de ervilhas, cenoura, milho, alho francês e sultanas, salada de alface e cenoura

Sobremesa: Fruta da época

5ª Feira

Sopa: Grão com espinafres

Pão de Mistura

Prato: Peixe com batata cozida, feijão-verde 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:

Prato:

Vegetariano:

Sobremesa:

Feriado



Freguesia de Ferreira-a-Nova

Ementa sujeita a alteração

10

