

EMENTA

23 a 27 de outubro de 2023

2ª Feira

Sopa: Grão com espinafres

Pão de Mistura

Prato: Lombinhos de porco com arroz branco, salada de alface e milho

Vegetariano: Salsicha vegetariana com arroz branco, salada de alface e milho

Sobremesa: Fruta da época

3ª Feira

Sopa: Ervilhas

Pão de Mistura

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

Vegetariano: Mistura de vegetais estufados (cenoura, ervilha, feijão frade e aipo) com batata cozida

Sobremesa: Gelatina / Pudim / Fruta da época

4ª Feira

Sopa: Feijão verde

Pão de Mistura

Prato: Esparguete à bolonhesa e salada de alface e tomate

Vegetariano: Esparguete à bolonhesa com soja fina e salada de alface e tomate

Sobremesa: Fruta da época

5ª Feira

Sopa: Creme de cenoura e couve-flor

Pão de Mistura

Prato: Douradinhos com arroz de feijão, salada de couve-roxa e pepino

Vegetariano: Douradinhos com arroz de feijão, salada de couve-roxa e pepino

Sobremesa: Fruta da época

6ª Feira

Sopa: Couve com feijão

Pão de Mistura

Prato: Frango assado no forno com espirais, salada de tomate e cenoura ralada

Vegetariano: Fatiado de legumes com espirais, salada de tomate e cenoura ralada

Sobremesa: Fruta da época

Ementa sujeita a alteração

Freguesia de Ferreira-a-Nova

