

EMENTA

22 a 26 de janeiro de 2024

2ª Feira

Sopa: Feijão com couve

Pão de Mistura

Prato: Carne de porco às tiras com cogumelos, massa espiral, salada de tomate e milho

Vegetariano: Fatiado de legumes com massa espiral, salada de tomate e milho

Sobremesa: Fruta da época

3ª Feira

Sopa: Ervilhas

Pão de Mistura

Prato: Bolinhos de peixe panados, com arroz de tomate e salada de couve-roxa e pepino

Vegetariano: Arroz de cogumelos com ervilhas e cenoura, salada de couve-roxa e pepino

Sobremesa: Gelatina / Pudim / Fruta da época

4ª Feira

Sopa: Feijão verde

Pão de Mistura

Prato: Peito de frango com esparguete e salada de alface e tomate

Vegetariano: Salsicha com esparguete, salada de alface e tomate

Sobremesa: Fruta da época

5ª Feira

Sopa: Creme de cenoura

Pão de Mistura

Prato: Pescada com batata cozida, ovo, cenoura e brócolo

Vegetariano: Batata cozida com ovo, cenoura e brócolo

Sobremesa: Fruta da época

6ª Feira

Sopa: Espinafres

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

Ementa sujeita a alteração

Freguesia de Ferreira-a-Nova



10

A

B

C

D

E