

EMENTA

13 a 17 de maio de 2024

2ª Feira

Sopa: Espinafres

Pão de Mistura

Prato: Jardineira de frango e peru com salada de alface, tomate e milho

Vegetariano: Jardineira vegetariana (batata, ervilhas, cenoura, feijão-verde e cebola) com salada de alface, tomate e milho

Sobremesa: Fruta da época

3ª Feira

Sopa: Feijão com couve

Pão de Mistura

Prato: Filetes no forno com arroz de tomate, salada de couve-roxa, cebola e pepino

Vegetariano: Curgete grelhada com arroz de tomate, salada de couve-roxa, cebola e pepino

Sobremesa: Gelatina / Pudim / Fruta da época

4ª Feira

Sopa: Ervilhas

Pão de Mistura

Prato: Esparguete à bolonhesa e salada de alface, tomate e cenoura

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

Sobremesa: Fruta da época

5ª Feira

Sopa: Legumes

Pão de Mistura

Prato: Peixe com feijão verde, ovo, batata e cenoura

Vegetariano: Batata cozida com ovo, cenoura e feijão verde

Sobremesa: Fruta da época

6ª Feira

Sopa: Caldo verde

Pão de Mistura

Prato: Frango assado no forno com arroz branco, salada de pepino, milho e cenoura

Vegetariano: Fatiado de legumes com arroz, salada de pepino, milho e cenoura

Sobremesa: Fruta da época



Freguesia de Ferreira-a-Nova

Ementa sujeita a alteração

10

