

EMENTA

2ª. FEIRA	3.º FEIRA	4ª FEIRA	5.ª FEIRA	6ª. FEIRA
SOPA	SOPA	SOPA	SOPA	SOPA
FEIÃO VERDE Água, sal, azeite, batata, alho, courgette, abóbora, feijão verde	CENOURA Água, sal, azeite, cebola, alho, batata, chuchu, cenoura	REPOLHO COM FEIÃO BRANCO Água, sal, azeite, batata, cenoura, cebola, alho, repolho, feijão branco	CANJA Água, sal, azeite, alho, frango desfiado, massa pevide,	CALDO VERDE Água, sal, azeite, cebola, batata, couve-galega
PRATO	PRATO	PRATO	PRATO	PRATO
ARROZ À VALENCIANA Arroz, água, cebola, alho, azeite, ervilhas, carne de vitela e frango, salsichas, sal, polpa de tomate, pimentão	MARUCA NO FORNO COM BATATA COZIDA Azeite, sal, alho, vinagre, maruca, pimentão, batata	LASANHA Placa de lasanha, sal, azeite, polpa de tomate, vitela, cebola, alho. Molho Bechamel	BACALHAU À ESPANHOLA Azeite, sal, cebola, polpa de tomate, batata, bacalhau, pimentão	FÊVERAS DE PORCO ASSADAS COM ARROZ DE FEIÃO SECO Azeite, sal, alho, cebola, fêveras, arroz, polpa de tomate, feijão seco
SOBREMESA	SOBREMESA	SOBREMESA	SOBREMESA	SOBREMESA
SALADA DE ALFACE, TOMATE E CEBOLA	SALADA DE ALFACE, CENOURA E CEBOLA	SALADA DE ALFACE, TOMATE E CEBOLA	SALADA DE ALFACE, CENOURA E CEBOLA	SALADA DE ALFACE, TOMATE E CEBOLA
Clementina/Maçã/Pêra	Laranja/Maçã/Pêra	Kiwi/Laranja/Maçã	Dióspiro/Laranja/Pêra	Banana/Maçã/Pêra

A Cozinheira,

A. de A. Silva

O Pelouro da Educação,

Janaína

Nota: Ementa sujeita a alteração imprevista

Ementa revista pela Dra. Daniela Santos (Nutricionista), estando de acordo com a Circular nº 3/D/SEEAS/DGE/2013.