

E M E N T A Semana de 05 a 09 de novembro de 2018

2ª FEIRA

| | | |
|-----------------------|--|--|
| Sopa | Couve Branca e Cenoura(Passada/Inteira) | |
| Prato | Tesourinhos de Pescada no Forno | |
| Opção | Almondégas de Aves | |
| Vegetariana | Feijoada de Cogumelos | |
| Acompanhamento | Arroz Legumes / Espirais / Macedonia Legumes | |
| Sobremesa | Fruta da Época | |

3ª FEIRA

| | | |
|-----------------------|---|--|
| Sopa | Caldo Verde | |
| Prato | Bifes de Porco | |
| Opção | Bacalhau com Natas | |
| Vegetariana | Bolonhesa de Soja | |
| Acompanhamento | Arroz e Feijão Preto / Batata Frita / Esparregado | |
| Sobremesa | Gelatina | |

4ª FEIRA

| | | |
|-----------------------|---------------------------------------|--|
| Sopa | Creme de Cenoura | |
| Prato | Ebook Quiche de Atum e Legumes | |
| Opção | Strogonoff de Frango | |
| Vegetariana | Pizza de Cogumelos e Legumes | |
| Acompanhamento | Esparguete / Arroz / Feijão Verde | |
| Sobremesa | Fruta da Época | |

5ª FEIRA

| | | |
|-----------------------|---|--|
| Sopa | Espinafres(Passada/Inteira) | |
| Prato | Hamburguer de Vaca | |
| Opção | Bolinhos de Bacalhau | |
| Vegetariana | Tarte de Cebola com Lentilhas | |
| Acompanhamento | Arroz / Cotovelinhos / Brocolos e Cenoura | |
| Sobremesa | Bolo de Laranja | |

6ª FEIRA

| | | |
|-----------------------|--|--|
| Sopa | Legumes (Passada/Inteira) | |
| Prato | Salmão em Massa Folhada | |
| Opção | Arroz Xau Xau (Peru,Ovo,Ervilhas e Cenoura) | |
| Vegetariana | Ebook Tortilha à Espanhola | |
| Acompanhamento | Massa Fusilli / Arroz / Milho | |
| Sobremesa | Fruta da Época | |

Notas (*):

A ementa com os valores nutricionais e alergenicos encontra-se exposta no restaurante do colégio