



Ementa Escolar 2019/2020

SEMANA DE 28 DE OUTUBRO A 1 DE NOVEMBRO



Oferta diária de pão. Bebida diária: água.

“A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: Cereais que contém glúten, crustáceos, ovos, amendoins, soja, leite, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, dióxido de enxofre e sulfitos, tremçoço, moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.”

SEGUNDA-FEIRA

Sopa | Creme de cenoura

Prato e acompanhamento | Pudim de peixe (atum, pimentos, salsa, pão, ervilhas, cenoura) com salada (alface, cenoura e tomate)

Fruta/Sobremesa | Fruta

TERÇA-FEIRA

Sopa | Feijão com hortaliças

Prato e acompanhamento | Strogonoff de frango com cogumelos e arroz de legumes com salada (alface, milho e cenoura)

Fruta/Sobremesa | Fruta

QUARTA-FEIRA

Sopa | Creme de ervilhas

Prato e acompanhamento | Filetes de peixe no forno c/ batata cozida e salada (alface tomate e cenoura)

Fruta/Sobremesa | Fruta/Gelatina

QUINTA-FEIRA

Sopa | Abóbora com espinafres

Prato e acompanhamento | Almôndegas de vaca com esparguete e salada (alface e cenoura)

Fruta/Sobremesa | Fruta

SEXTA-FEIRA

Dia de Todos os Santos
01 de novembro