



ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DE VELAS

## EMENTA SEMANAL - Bar dezembro

2ª Feira - 6 de dezembro

Salada de atum (massa, legumes, atum e ovo)

3ª Feira - 7 de dezembro

Cacetinho e sandes de pasta de carne com  
salada

4ª Feira - 8 de dezembro

**FERIADO**

5ª Feira - 9 de dezembro

Empadão de carne e salada

6ª Feira - 10 de dezembro

Pasteis de bacalhau com legumes salteados  
e salada



ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DE VELAS

## EMENTA SEMANAL - Bar dezembro

2ª Feira - 13 de dezembro

Empadão de Atum e sandes de pasta de atum e salada

3ª Feira - 14 de dezembro

Bacalhau de natas e salada

4ª Feira - 15 de dezembro

Bife de frango grelhado com pimentos e cogumelos salteados

5ª Feira - 16 de dezembro

Baguete/cacetinho com pasta de atum, ovo e salada

6ª Feira - 17 de dezembro

Ovos mexidos com tomate e legumes