

ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DE VELAS

## EMENTA SEMANAL - Bar

Março/abril

2ª Feira - 28 de fevereiro

Interrupção letiva

3ª Feira - 1 de março

Carnaval

4ª Feira - 2 de março

Interrupção letiva

5ª Feira - 3 de março

Lasanha de atum com salada

6ª Feira - 4 de março

Salada Primavera



ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DE VELAS

## EMENTA SEMANAL - Bar

Março/abril

2ª Feira - 7 de março

Carbonara (massa ninhos, queijo,  
fiambre)

3ª Feira - 8 de março

Pizza

4ª Feira - 9 de março

Lasanha de carne

5ª Feira - 10 de março

Bife de frango grelhado com arroz e  
legumes salteados

6ª Feira - 11 de março

Baguete/cacetinho com pasta de atum



ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DE VELAS

## EMENTA SEMANAL - Bar

Março/abril

2ª Feira - 14 de março

Salada de Cuscus com legumes salteados  
e queijo

3ª Feira - 15 de março

Quiche de atum e salada

4ª Feira - 16 de março

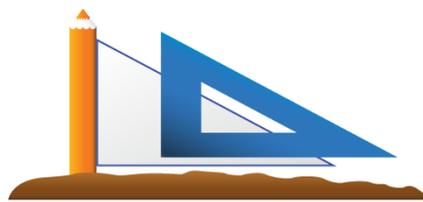
Bífana de porco em cebolada arroz de  
pimentão

5ª Feira - 17 de março

Salada russa

6ª Feira - 18 de março

Baguete/cacetinho com pasta de frango



ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DE VELAS

## EMENTA SEMANAL - Bar

Março/abril

2ª Feira - 21 de março

Quiche de legumes com salada

3ª Feira - 22 de março

Empadão de carne com salada

4ª Feira - 23 de março

Strogonoff de frango e cogumelos e puré

5ª Feira - 24 de março

Ovos mexidos com tomate e queijo

6ª Feira - 25 de março

Sandes/Baguete/cacetinho de atum com ovo cozido e salada



ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DE VELAS

## EMENTA SEMANAL - Bar

Março/abril

2ª Feira - 28 de março

Pizza

Ríssois de atum e salada

3ª Feira - 29 de março

Rolo de bacalhau e salada

4ª Feira - 30 de março

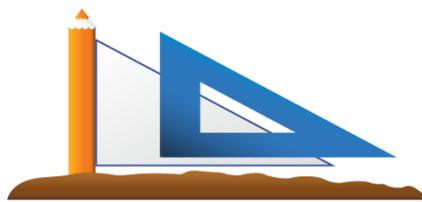
Bife de frango panado e salada

5ª Feira - 31 de março

Bífana com arroz de tomate e salada

6ª Feira - 1 de abril

Lasanha de atum e salada



ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DE VELAS

## EMENTA SEMANAL - Bar

Março/abril

2ª Feira - 4 de abril

Pizza

Legumes à Brás

3ª Feira - 5 de abril

Empadão de carne e salada

4ª Feira - 6 de abril

Atum no forno

5ª Feira - 7 de abril

Stroganoff de frango

6ª Feira - 8 de abril

Salada de atum