

# Ementa

07 a 11 de janeiro de 2019

Ementa sujeita a alteração

2ª Feira	Sopa:	Grão
	Prato:	Arroz à grega com fiambre, salsicha, ervilha, cenoura e tomate
	Vegetariano:	Salsichas com arroz e legumes
	Sobremesa:	Fruta da época
3ª Feira	Sopa:	Ervilhas
	Prato:	Bacalhau à Gomes Sá e salada de alface, cenoura e milho
	Vegetariano:	Douradinhos com legumes
	Sobremesa:	Gelatina / Fruta da época
4ª Feira	Sopa:	Alho Francês
	Prato:	Rancho e salada (alface, couve-roxa e cenoura) Ervilhas estufadas com massa cotovelinho e legumes
	Vegetariano:	cozidos (feijão-verde e cenoura)
	Sobremesa:	Fruta da época
5ª Feira	Sopa:	Feijão com couve
	Prato:	Medalhões de Peixe com arroz de cenoura e salada (alface e tomate)
	Vegetariano:	Medalhão de legumes com arroz de feijão e salada
	Sobremesa:	Fruta da época
6ª Feira	Sopa:	Alface
	Prato:	Jardineira de frango com ervilha, feijão-verde e cenoura
	Vegetariano:	Salada de Batata, milho, feijão verde e cenoura
	Sobremesa:	Fruta da época



Freguesia de Ferreira-a-Nova

