



Ementa

Ementa sujeita a alteração

28 de jan a 01 de fev de 2019

	Sopa:	<i>Abóbora com ervilhas</i>
	Prato:	<i>Arroz de aves e salada de cenoura</i>
2ª Feira	Vegetariano:	<i>Ratattoille de legumes com arroz de cenoura e salada</i>
	Sobremesa:	<i>Fruta da época</i>
	Sopa:	<i>Feijão com couve</i>
	Prato:	<i>Badejo com batata cozida cenoura e brócolos</i>
3ª Feira	Vegetariano:	<i>Gratinado de batata com queijo, cenoura e brócolos</i>
	Sobremesa:	<i>Mousse / Fruta da época</i>
	Sopa:	<i>Caldo verde</i>
	Prato:	<i>Carne estufada com massa esparguete e salada de alface</i>
4ª Feira	Vegetariano:	<i>Massa esparguete com ovo cozido e salada de alface</i>
	Sobremesa:	<i>Fruta da época</i>
	Sopa:	<i>Creme de grão com espinafres</i>
	Prato:	<i>Atum com salada russa, milho ,feijão verde e cenoura</i>
5ª Feira	Vegetariano:	<i>Salada de Batata, milho ,feijão verde e cenoura</i>
	Sobremesa:	<i>Fruta da época</i>
	Sopa:	<i>Creme de alho francês com cenoura e curgete</i>
	Prato:	<i>Peru assado com arroz e salada de alface e tomate</i>
6ª Feira	Vegetariano:	<i>Curgete grelhada com arroz e salada de alface e tomate</i>
	Sobremesa:	<i>Fruta da época</i>



Freguesia de Ferreira-a-Nova

