



A B C



1



2

Ementa

Ementa sujeita a alteração

29 de out a 02 nov de 2018

2ª Feira
Sopa: *Ervilhas*
Prato: *Almôndegas com esparguete e salada de tomate*
Vegetariano: *Almôndegas de grão de bico estufadas com esparguete e salada de tomate*
Sobremesa: *Fruta da época*

3ª Feira
Sopa: *Canja*
Prato: *Peixe com batata cozida e legumes*
Vegetariano: *Hambúguer de feijão-verde no forno com batata cozida e legumes*
Sobremesa: *Gelatina / Pudim / Fruta da época*

4ª Feira
Sopa: *Feijão com couve*
Prato: *Carne à Portuguesa com arroz e salada de alface*
Vegetariano: *Fatiado de legumes com arroz e salada de alface*
Sobremesa: *Fruta da época*

5ª Feira
Sopa:
Prato:
Vegetariano:
Sobremesa:

FERIADO

6ª Feira
Sopa: *Espinafres*
Prato: *Peru com massa espiral e cogumelos, acompanhado de couve roxa, milho e cenoura*
Vegetariano: *Salsichas com massa espiral e cogumelos, acompanhado de couve roxa, milho e cenoura*
Sobremesa: *Fruta da época*



Freguesia de Ferreira-a-Nova

