

Ementa

11 a 15 de março de 2019

Ementa sujeita a alteração

2ª Feira	Sopa:	Grão com espinafres
	Prato:	Arroz de aves e salada de alface
	Vegetariano:	Hambúrguer vegetariano com arroz e salada de alface
	Sobremesa:	Fruta da época
3ª Feira	Sopa:	Ervilhas
	Prato:	Bacalhau fresco "Badejo" com batata, feijão verde e cenoura
	Vegetariano:	Batata, cenoura, feijão verde com ovo cozido e salada de tomate
	Sobremesa:	Pudim / Gelatina / Fruta da época
4ª Feira	Sopa:	Calvo verde
	Prato:	Frango no forno com massa e salada de alface e cenoura
	Vegetariano:	Salsicha com massa e salada de alface e cenoura
	Sobremesa:	Fruta da época
5ª Feira	Sopa:	Couve com feijão
	Prato:	Filetes com arroz de cenoura e ervilhas com salada de alface e tomate
	Vegetariano:	Douradinhos com arroz de cenoura e ervilhas com salada de alface e tomate
	Sobremesa:	Fruta da época
6ª Feira	Sopa:	Creme de cenoura
	Prato:	Lombo estufado com batata assada e salada de couve roxa e cenoura
	Vegetariano:	Massa com ovos mexidos e cogumelos, com salada de couve roxa e cenoura
	Sobremesa:	Fruta da época



Freguesia de Ferreira-a-Nova

