



A B C



1



2

Ementa

Ementa sujeita a alteração

08 a 12 de outubro de 2018

- 2ª Feira**
 - Sopa:** Legumes
 - Prato:** Esparguete à Bolonhesa com salada de alface e tomate
 - Vegetariano:** Ratatouille de legumes com arroz de cenoura
 - Sobremesa:** Maça / Pêra
- 3ª Feira**
 - Sopa:** Espinafres
 - Prato:** Pescada com batata e feijão verde
 - Vegetariano:** Gratinado de batata com queijo, feijão-verde, cenoura e ervilha
 - Sobremesa:** Gelatina
- 4ª Feira**
 - Sopa:** Caldo Verde
 - Prato:** Arroz de Pato no forno e salada de alface
 - Vegetariano:** Macedónia de Legumes
 - Sobremesa:** Banana / Maça
- 5ª Feira**
 - Sopa:** Feijão verde
 - Prato:** Salada de Atum, batatas e legumes
 - Vegetariano:** Salada de batata, ervilhas, cenoura com ovo cozido e alface
 - Sobremesa:** Melância / Maça
- 6ª Feira**
 - Sopa:** Ervilhas
 - Prato:** Strogonoff de frango com arroz de cenoura
 - Vegetariano:** Fatiado de legumes com esparguete
 - Sobremesa:** Pêra / Maça



Freguesia de Ferreira-a-Nova



3