



Ementa Escolar

Semana de 2 a 6 de Maio de 2022

2º Feira	Sopa	Abóbora e couve
	Prato	Carne de aves picada estufada c/ molho de tomate, enriquecida c/ soja e massa
	Hortícolas	Ervilha e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
3º Feira	Sopa	Feijão verde
	Prato	Salada russa c/ atum
	Hortícolas	Feijão verde e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
4º Feira	Sopa	Repolho
	Prato	Esparguete de frango
	Hortícolas	Ervilha
	Sobremesa	Fruta da época
5º Feira	Sopa	Brócolo
	Prato	Douradinhos no forno c/ arroz de tomate
	Hortícolas	Alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
6º Feira	Sopa	Alho francês e feijão
	Prato	Massa à Lavrador (frango, porco, massa, feijão)
	Hortícolas	Couve e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época



Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se, junto à nossa equipa,

Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante.

Sem adição de açúcares, contendo apenas os açúcares presentes naturalmente nos alimentos utilizados.



Ementa Escolar

Semana de 9 a 13 de Maio de 2022

2º Feira	Sopa	Espinafres
	Prato	Potas panadas com arroz de tomate
	Hortícolas	Ervilhas
	Sobremesa	Fruta da época
3º Feira	Sopa	Brócolos e feijão
	Prato	Rancho (porco, frango, massa. grão)
	Hortícolas	Couve e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
4º Feira	Sopa	Abóbora e couve flor
	Prato	Medalhões de pescada c/ arroz de couve
	Hortícolas	Alface e milho
	Sobremesa	Fruta da época
5º Feira	Sopa	Cenoura
	Prato	Peito de frango panado c/ massa
	Hortícolas	Couve
	Sobremesa	Fruta da época
6º Feira	Sopa	Abóbora e massinhas
	Prato	Paloco lascado c/ arroz alegre
	Hortícolas	Cenoura, ervilha e milho
	Sobremesa	Fruta da época / Mousse



Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se, junto à nossa equipa,

Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante.

Sem adição de açúcares, contendo apenas os açúcares presentes naturalmente nos alimentos utilizados.



Ementa Escolar

Semana de 16 a 20 de Maio de 2022

Semana de 16 a 20 de Maio de 2022		
2º Feira	Sopa	Cenoura e couve
	Prato	Hamburguer mista c/ massa
	Hortícolas	Couve roxa e alface
	Sobremesa	Fruta da época
3º Feira	Sopa	Brócolos
	Prato	Arroz de atum
	Hortícolas	Pepino e alface
	Sobremesa	Fruta da época / logurte
4º Feira	Sopa	Abóbora
	Prato	Jardineira de frango
	Hortícolas	Cenoura e feijão verde
	Sobremesa	Fruta da época
5º Feira	Sopa	Feijão verde
	Prato	Pescada estufada c/ cebolada e arroz de feijão
	Hortícolas	Couve roxa e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
6º Feira	Sopa	Feijão verde
	Prato	Cubinhos de porco estufados c/ cogumelos e massa
	Hortícolas	Alface e milho
	Sobremesa	Fruta da época



Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se, junto à nossa equipa,

Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante.

Sem adição de açúcares, contendo apenas os açúcares presentes naturalmente nos alimentos utilizados.



Semana de 23 a 27 de Maio de 2022

2º Feira	Sopa	Couve flor
	Prato	Ovo mexido c/ fiambre e massa tricolor
	Hortícolas	Ervilha e milho
	Sobremesa	Fruta da época
3º Feira	Sopa	Couve
	Prato	Filetes de cavala estufado c/ arroz de brócolos
	Hortícolas	Cenoura e tomate
	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
4º Feira	Sopa	Cenoura
	Prato	Rolo misto de carne no forno c/ massa
	Hortícolas	Alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
5º Feira	Sopa	Alho Francês
	Prato	Tintureira estufada c/ arroz de cenoura raspada
	Hortícolas	Alface e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
6º Feira	Sopa	Feijão e couve
	Prato	Franco assado c/ massa
	Hortícolas	Feijão verde e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época



Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se, junto à nossa equipa,

Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante.

Sem adição de açúcares, contendo apenas os açúcares presentes naturalmente nos alimentos utilizados.