

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica de Valongo do Vouga, Águeda

Ano Escolar: 2020/2021

Setor: RF - Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 11/01/2021 a 17/01/2021

11/01/2021 Segunda-feira	Sopa	Sopa de legumes
	Prato	Panados de frango com arroz de legumes.
	Vegetais	Salada mista
	Sobremesa	Fruta da época

12/01/2021 Terça-feira	Sopa	Sopa de feijão com couve.
	Prato	Novilho estufado com esparguete.
	Vegetais	Salada mista
	Sobremesa	Fruta da época

13/01/2021 Quarta-feira	Sopa	Sopa de couve-flor
	Prato	Barrinhas de pescada no forno com arroz de cenoura.
	Vegetais	Salada mista
	Sobremesa	Fruta da época.
	Pão de mistura e água	

14/01/2021 Quinta-feira	Sopa	Sopa de agrião.
	Prato	Feijoada com arroz branco.
	Vegetais	Salada mista
	Sobremesa	Fruta da época
	Pão de mistura e água	

15/01/2021 Sexta-feira	Sopa	Creme de cenoura
	Prato	Maruca estufada com batatas, brócolos e cenouras cozidas.
	Vegetais	Salada mista
	Sobremesa	Fruta da época
	Pão de mistura e água	

*Ementa sujeita a alterações