



EMENTA N.º 6 - Escola 1.º CEB do Paião/Sobral

Mod187

Semana de : 25 a 29 de outubro de 2021

Versão 1

<i>Refeições</i>	<i>Segunda</i>	<i>Terça</i>	<i>Quarta</i>	<i>Quinta</i>	<i>Sexta</i>
<i>Sopa</i>	<u>Sopa:Couve</u>	<u>Sopa:Espinafres</u>	<u>Sopa:Feijão</u>	<u>Sopa: Feijão Verde</u>	<u>Sopa: Creme de abobora</u>
<i>Prato Normal</i>	<u>Bacalhau com broa, com batata cozida e salada de alface</u>	<u>Bife de vaca com cogumelos puré, e salada de alface e tomate</u>	<u>Carapau frito com arroz de tomate e salada pepino e couve roxa</u>	<u>Cozido à Portuguesa sem carnes gordas e enchidos</u>	<u>Entrecosto no forno com esparguete e bróculos</u>
<i>Prato Dieta Alergia a peixe e ovo</i>	<u>Costeleta de porco com batata cozida e salada de alface</u>	<u>Bife de vaca com cogumelos puré, e salada de alface e tomate</u>	<u>Peru estufado com arroz de tomate e salada de pepino e couve roxa</u>	<u>Cozido à Portuguesa sem carnes gordas e enchidos</u>	<u>Entrecosto no forno com esparguete e bróculos</u>
<i>Sobremesa</i>	<u>Fruta da Época</u>	<u>Fruta da Época</u>	<u>Fruta da Época</u>	<u>Fruta da Época</u>	<u>Fruta da Época</u>

25 de outubro de 2021
Nota: Sujeito a Alterações

A Responsável pela Elaboração: Dália Duarte