



EMENTA N.º 18 - Escola 1.º CEB do Paião/Sobral

Mod187

Semana de : 06 a 10 de fevereiro de 2023

Versão 1

<i>Refeições</i>	<i>Segunda</i>	<i>Terça</i>	<i>Quarta</i>	<i>Quinta</i>	<i>Sexta</i>
<i>Sopa</i>	Sopa: <u>Couve</u>	Sopa: <u>Caldo verde</u>	Sopa: <u>Feijão</u>	Sopa: <u>Feijão Verde</u>	Sopa: <u>Caldo verde</u>
<i>Prato Normal</i>	<u>Bacalhau com grão, batata cozida e salada de alface e cebola</u>	<u>Bife de vaca com cogumelos, esparguete e salada de alface, tomate e milho</u>	<u>Carapau frito com arroz de tomate, salada de alface, tomate e couve roxa</u>	<u>Frango grelhado com batata assada no forno e ervilhas</u>	<u>Cherne grelhado com batata, cenoura e bróculos</u>
<i>Prato Dieta Alergia a peixe e ova</i>	<u>Perú com grão, batata cozida e salada de alface e cebola</u>	<u>Bife de vaca com cogumelos, esparguete e salada de alface, tomate e milho</u>	<u>Coelho com arroz de tomate, salada de alface, tomate e couve roxa</u>	<u>Frango grelhado com batata assada no forno e ervilhas</u>	<u>Febra de porco grelhado com batata, cenoura e bróculos</u>
<i>Sobremesa</i>	<u>Maçã</u>	<u>Tangerina</u>	<u>Arroz doce</u>	<u>Banana</u>	<u>Pêra</u>

06 de fevereiro de 2023
Nota: Sujeito a Alterações

A Responsável pela Elaboração: Dália Duarte