

Semana – 18 a 22 de março de 2023

Segunda-Feira (18-03-2024)

Sopa: Alho francês.

Prato: Vitela estufada c/ legumes, massa de laços, salada de beterraba, rúcula e maçã.

Prato Veg: Macedónia de legumes estufada c/ massa de laços e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Terça-Feira (19-03-2024)

Sopa: Lentilhas.

Prato: Mista de peixe cozido c/ batata, ovo, brócolos, salada tomate, pimento e pepino.

Prato Veg: Salada de batata c/ ervilhas, cenoura, brócolos e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quarta-Feira (20-03-2024)

Sopa: Creme vichyssoise.

Prato: Feijoada de salsichas c/ arroz, salada de cenoura couve e agrião.

Plat: Cassoulet et riz, salade de carottes, chou et cresson.

Prato Veg: Feijoada de ratatouille c/ arroz e salada.

Plat veg: Ragoût de haricots à la ratatouille, rize et salade.

Sobremesa: Pudim flan / Fruta da época.



Quinta-Feira (21-03-2024)

Sopa: Couve flôr.

Prato: Salmão salteado c/ cenoura, massa macarronete, salada de alface, tomate e milho.

Prato Veg: Lentilhas estufadas c/ espinafres, couve flôr, massa macarronete e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Sexta-Feira (22-03-2024)

Sopa: Juliana de legumes.

Prato: Nuggets de frango no forno c/ arroz de coentros, salada de alface, tomate e pepino.

Prato Veg: Cogumelos salteados c/ legumes, arroz de coentros e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



* A ementa pode ser sujeita a alterações

O Diretor

Manuel Nora
AGRELOTAMENTO DE ESCOLAS D. DINIS
Quarteira

Data

12 de março 2024