

Semana –13 a 17 de maio de 2024

Segunda-Feira (13-05-2024)

Sopa: Agrião.

Prato: Filete de pescada panados c/ arroz de legumes, salada de alface, couve roxa e cenoura.

Prato Veg: Seitan no forno c/ molho de cogumelos, arroz de legumes e salada.

Sobremesa: Fruta da Época.



Terça-Feira (14-05-2024)

Sopa: Creme de legumes.

Prato: Rancho (carne de porco), salada de alface, beterraba e pimento.

Prato Veg: Rancho vegetariano e salada.

Sobremesa: Fruta da Época.



Quarta-Feira (15-05-2024)

Sopa: Creme de abóbora.

Prato: Bacalhau à brás, salada de alface, rúcula e milho.

Prato Veg: Legumes à brás c/ grão, batata palha e salada.

Sobremesa: Fruta da Época.



Quinta-Feira (16-05-2024)

Sopa: Espinafres.

Prato: Bifes de peru c/ cogumelos, arroz branco, salada algarvia (tomate, pimento, Pepino).

Prato Veg: Favas à portuguesa c/ arroz e salada.

Sobremesa: Fruta da Época.



Sexta-Feira (17-05-2024)

Sopa: Curgete e nabo.

Prato: Lasanha de atum, salada de alface, tomate e pimento.

Prato Veg: Lasanha de vegetais (macedónia) e salada.

Sobremesa: Fruta da Época



* A ementa pode ser sujeita a alterações


O Diretor
Manuel Nora
GRUPAMENTO DE ESCOLAS D. DINIS LOUIS
Quarteira

Data

30 de abril 2024