



Ementa Agrupamento de Escolas Pinheiro e Rosa

Almoço Refeição Normal

22/04/2024 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa:	#Macedónia de legumes	
Prato 1:	#Atum com ovo e salada russa e salada de alface, pepino e tomate	3, 4
Sobremesa:	# Banana, maçã e laranja	

23/04/2024 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa:	#Nabiça com feijão-frade	
Prato 1:	#Arroz de aves (peru) salada de alface, couve em juliana ,milho	6, 12
Sobremesa:	#Pera,laranja,kiwi	

24/04/2024 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa:	#Creme de tomate com ervilhas	
Prato 1:	#Massada de peixe(tintureira)com coentros, salada milho,pimento,tomate	4
Sobremesa:	# Banana, laranja e pera	

26/04/2024 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa:	#creme de alho francês com couve-flor	
Prato 1:	#Pescada estufada com arroz de feijão verde salada de couve de bruxelas, milho e tomate	4
Sobremesa:	# Kiwi, maçã e banana	



Ementa Agrupamento de Escolas Pinheiro e Rosa

Almoço Refeição Vegetariana

22/04/2024 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: #Macedónia de legumes

Prato 1: #Salada de feijão-frade, batatas, cenoura, feijão-verde com salada de alface, pepino e tomate

12

Sobremesa: # Banana, maçã e laranja

23/04/2024 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: #Nabiça com feijão-frade

Prato 1: #Arroz de lentilhas c/cenoura, alho francês e curgete salada de alface, couve em juliana e milho

Sobremesa: #Pera, laranja, kiwi

24/04/2024 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: #Creme de tomate com ervilhas

Prato 1: #Massada de feijão preto com cogumelos e coentros salada de alface, milho e tomate

1

Sobremesa: # Banana, laranja e pera

26/04/2024 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: #creme de alho francês com couve-flor

Prato 1: #Feijão branco estufado c/curgete e couve lombarda, arroz de feijão verde salada de couve-de-bruxelas, milho e tomate

Sobremesa: # Kiwi, maçã e banana