

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Vila Nova de Gaia

Ano Escolar: 2024/2025

Sector: Refeitório Município

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 11/11/2024 a 17/11/2024

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	11 nov	Sopa		Creme de brócolos (cebola, cenoura, curgete)
		Prato		Fêveras de porco à são martinho (estufado) c/ molho de castanhas e batata aos cubos no forno
		Vegetais		Salada de cenoura raspada e couve roxa
		Sobremesa		Doce / fruta da época
		Pão		Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	12 nov	Sopa	Sopa de couve branca (cebola, cenoura e curgete)	Sopa de couve branca (cebola, cenoura e curgete)
		Prato	Empadão de arroz de cavala no forno c/ orégãos	Arroz de lentilhas e abóbora no forno c/ orégãos
		Vegetais	Salada de beterraba raspada e nabo raspado	Salada de beterraba raspada e nabo raspado
		Sobremesa	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	Fruta da época (mínimo 3 variedades)
		Pão	Mistura	Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	13 nov	Sopa		Sopa de nabo (cebola, cenoura, curgete)
		Prato		Rancho de frango (macarrão estufado c/ grão-de-bico, cenoura, repolho e frango)
		Vegetais		Cenoura e curgete estufadas
		Sobremesa		Fruta da época (mínimo 3 variedades)
		Pão		Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	14 nov	Sopa	Sopa de couve-lombarda e feijão catarino (cebola, cenoura, curgete)	Sopa de couve-lombarda e feijão catarino (cebola, cenoura, curgete)
		Prato	Escamudo assado c/ alecrim e arroz de couve lombarda	Soja crocante no forno c/ alecrim e arroz de couve lombarda
		Vegetais	Salada de couve roxa e pepino	Salada de couve roxa e pepino
		Sobremesa	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	Fruta da época (mínimo 3 variedades)
		Pão	Mistura	Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Vila Nova de Gaia

Ano Escolar: 2024/2025

Setor: Refeitório Município

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 11/11/2024 a 17/11/2024

		Carne	Peixe	Vegetariano
Sexta-feira 15 NOV	Sopa	Sopa de espinafres (cebola, cenoura e curgete)		Sopa de espinafres (cebola, cenoura e curgete)
	Prato	Guisado de massa cotovelinhos c/ frango e peru polv. c/ salsa		Feijão catarino estufado c/ couve-lombarda, cenoura, tomate e salsa c/ massa cotovelinhos
	Vegetais	Salada de alface e tomate		Salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época (mínimo 3 variedades)		Fruta da época (mínimo 3 variedades)
	Pão	Mistura		Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos			