



EMENTAS

ANO LETIVO

2018/2019



Para esclarecimentos adicionais
por favor contacte:
Email: escolas@cm-alcochete.pt
Telefone: 212 348 645



SEGUNDA-FEIRA

SOPA | FEIJÃO VERDE

PRATO | PERÚ ESTUFADO C/ARROZ DE CENOURA

LEGUMES | ALFACE, COUVE ROXA E TOMATE

SOBREMESA | FRUTA



TERÇA-FEIRA

SOPA | JULIANA

PRATO | PESCADA COZIDA C/BATATA, BRÓCOLOS, CENOURA E OVO

LEGUMES | INCORPORADO NO PRATO

SOBREMESA | FRUTA



QUARTA-FEIRA

SOPA | CREME DE ABÓBORA

PRATO | ESPARGUETE À BOLONHESA (CARNE PICADA DE VACA)

LEGUMES | ALFACE, MILHO E CENOURA

SOBREMESA | FRUTA



QUINTA-FEIRA

SOPA | FEIJÃO SECO COM COUVE LOMBARDO

PRATO | LULAS ESTUFADAS C/ARROZ DE TOMATE

LEGUMES | ALFACE, TOMATE E AGRIÃO

SOBREMESA | ARROZ DOCE



SEXTA-FEIRA

SOPA | CREME DE ERVILHA

PRATO | LOMBO DE PORCO ASSADO C/ PURÉ DE BATATA

LEGUMES | CENOURA, ALFACE E COUVE ROXA

SOBREMESA | FRUTA

