



# Ementa Agrupamento de Escolas Pinheiro e Rosa

Almoço Refeição Normal

## 29/04/2024 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa:	#Creme de cenoura com couve branca	
Prato 1:	#Hambúrguer misto no forno c/molho de tomate e arroz de cenoura salada de alface,milho e pepino	1, 12
Sobremesa:	# Tangerina, kiwi e banana	

## 30/04/2024 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa:	#Abóbora com brócolos	
Prato 1:	#Perca gratinada com batatas cozidas e salada alface,pimento e tomate	4
Sobremesa:	# Banana, maçã, uvas	

## 02/05/2024 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa:	#Feijão branco com espinafres	
Prato 1:	#Arroz de Lulas com salada de alface, beterraba e milho	14
Sobremesa:	# Banana, maçã e tangerina	

## 03/05/2024 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa:	#Creme de alface com nabo	
Prato 1:	#Rancho com salada de cenoura,couve roxa e tomate	1, 6, 12
Sobremesa:	# Kiwi, maçã e banana	



# Ementa Agrupamento de Escolas Pinheiro e Rosa

## Almoço Refeição Vegetariana

### 29/04/2024 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa:	#Creme de cenoura com couve branca	
Prato 1:	#Hamburger de lentilhas c/rebentos de soja estufados em molho de tomate e arroz de cenoura salada de alface, milho e pepino	1, 6, 12
Sobremesa:	# Tangerina, kiwi e banana	

### 30/04/2024 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa:	#Abóbora com brócolos	
Prato 1:	#Tofu gratinado c/feijão manteiga, curgete e cenoura e batata cozida e salada de alface, pepino e tomate	6
Sobremesa:	# Banana, maçã e uvas	

### 02/05/2024 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa:	#Feijão branco com espinafres	
Prato 1:	#Arroz de leguminosas (favas) com legumes (curgete, pimento e alho francês) salada alface, beterrada e cenoura	
Sobremesa:	# Banana, maçã e tangerina	

### 03/05/2024 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa:	#Creme de alface com nabo	
Prato 1:	#Rancho vegetariano (grão, cenoura, couve, massa cotovelos) salada cenoura, couve roxa e tomate	1, 6
Sobremesa:	# Kiwi, maçã e banana	