



Ementa Agrupamento de Escolas Pinheiro e Rosa

Almoço Refeição Normal

03/06/2024 - Segunda-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Creme de abóbora com brócolos
- Prato 1:** #Arroz de carnes mistas salada de alface, cenoura e milho
- Sobremesa:** #Pera, maçã, banana

04/06/2024 - Terça-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Alho francês com couve coração
- Prato 1:** #Solha no forno c/molho de limão e ervas aromáticas e puré de batata salada de curgete, pepino e tomate 4, 7
- Sobremesa:** # Kiwi, maçã e banana

05/06/2024 - Quarta-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Creme de ervilha com cenoura
- Prato 1:** #Perna de peru estufada c/esparguete salada de alface, cenoura e milho 1
- Sobremesa:** #Laranja, kiwi, banana

06/06/2024 - Quinta-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Curgete com alface
- Prato 1:** #Perca posta de cebolada com batatas cozidas, salada alface, couve roxa e tomate 4
- Sobremesa:** # Uvas, pera e maçã

07/06/2024 - Sexta-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Grão de bico com agrião
- Prato 1:** #Tirinhas de porco estufadas c/ervilhas, cenoura e arroz branco salada de beterraba, cenoura e tomate
- Sobremesa:** #Clementina, maçã e pera



Ementa Agrupamento de Escolas Pinheiro e Rosa

Almoço Refeição Vegetariana

03/06/2024 - Segunda-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Creme de abóbora com brócolos
- Prato 1:** #Arroz de soja c/ feijão vermelho salada de alface, cenoura e milho
- Sobremesa:** #Pera, maçã, banana

6

04/06/2024 - Terça-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Alho francês com couve coração
- Prato 1:** #Vegetais assados c/cogumelos, feijão frade e molho verde c/puré de batata salada de curgete, pepino e tomate
- Sobremesa:** # Kiwi, maçã e banana

05/06/2024 - Quarta-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Creme de ervilha com cenoura
- Prato 1:** #Curgete recheada c/bolonhesa de lentilhas e esparguete salada de alface, cenoura e milho
- Sobremesa:** #Laranja, kiwi, banana

1, 6, 12

06/06/2024 - Quinta-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Curgete com alface
- Prato 1:** #3 feijões de cebolada com batatas cozidas salada de alface, couve roxa e tomate
- Sobremesa:** # Uvas, pera e maçã

07/06/2024 - Sexta-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Grão de bico com agrião
- Prato 1:** #Tirinhas de porco estufadas c/ervilhas, cenoura e arroz branco salada de beterraba, cenoura e tomate
- Sobremesa:** #Clementina, maçã e pera