



# Ementa Agrupamento de Escolas Pinheiro e Rosa

Almoço Refeição Normal

## 15/04/2024 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa:	#Creme de abóbora com ervilhas	
Prato 1:	#Filetes de pescada dourados no forno c/arroz de feijão e salada alface, couve roxa e pepino	1, 3, 4
Sobremesa:	#Pera, maçã, banana	

## 16/04/2024 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa:	#Grão-de-bico com couve lombarda	
Prato 1:	#Perna de peru assado c/esparguete e salada cenoura, milho e tomate	1
Sobremesa:	#Laranja, maçã, kiwi	

## 17/04/2024 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa:	#Curgete e macedónia	
Prato 1:	#Maruca no forno com salada camponesa e salada alface, beterraba e milho	4
Sobremesa:	#Banana, maçã, laranja	

## 18/04/2024 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa:	#creme de feijão-verde	
Prato 1:	#Lombo de porco assado c/arroz de cogumelos salada de alface, cenoura e couve roxa	
Sobremesa:	#Pera, banana, tangerina	

## 19/04/2024 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa:	#Nabo, cenoura e couve branca	
Prato 1:	#Chocos inteiros estufados c/ batata e macedónia e salada de alface, pepino e tomate	7, 14
Sobremesa:	#Laranja, kiwi, banana	



# Ementa Agrupamento de Escolas Pinheiro e Rosa

## Almoço Refeição Vegetariana

### 15/04/2024 - Segunda-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Creme de abóbora com ervilhas  
#Salteados de legumes(alho francês, curgete, cenoura)  
**Prato 1:** c/cogumelos e arroz de feijão e salada de alface, couve roxa e pepino  
**Sobremesa:** # Banana, pera e maçã

### 16/04/2024 - Terça-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Grão-de-bico com couve lombarda  
**Prato 1:** #Tomate recheado com bolonhesa de soja e ervilhas e esparguete e salada de cenoura, milho e tomate 1, 6  
**Sobremesa:** #Laranja, maçã, kiwi

### 17/04/2024 - Quarta-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Curgete e macedónia  
**Prato 1:** #Salada de feijocas com batata e legumes(salada camponesa) e salada de alface,beterraba e milho 12  
**Sobremesa:** #Banana, maçã, laranja

### 18/04/2024 - Quinta-feira

Alergénicos

- Sopa:** #creme de feijão-verde  
**Prato 1:** #Feijão preto estufado c/curgete e couve-lombarda e arroz de cogumelos salada de alface,cenoura e couve roxa  
**Sobremesa:** #Pera, banana, tangerina

### 19/04/2024 - Sexta-feira

Alergénicos

- Sopa:** #Nabo,cenoura e couve branca  
**Prato 1:** #Almondegas vegetais estufadas com puré de batata e macedónia e salada alface,pepino e tomate 1, 6, 7, 12  
**Sobremesa:** #Laranja, kiwi, banana