

Ementas

Escola Básica e Jardim de Infância de Fonte de Angeão

Ementa 1 (Semanas do calendário: 44; 49;01;06;11;16;21;26;31)

2ª Feira		3ª Feira		4ª Feira		5ª Feira		6ª Feira	
SOPA	Legumes	SOPA	Feijão frade	SOPA	Creme de cenoura	SOPA	Alho francês	SOPA	Canja
PRATO	Bife de porco estufado c/ arroz	PRATO	Pescada cozida c/ batata cozida, cenoura e ovo	PRATO	Esparguete à bolonhesa	PRATO	Arroz de pota	PRATO	Coxinhas de frango assado c/ batata frita
Dieta	Bife grelhado c/ arroz	Dieta		Dieta	Bife grelhado c/ esparguete	Dieta	Peixe cozido c/ arroz	Dieta	Coxinhas de frango grelhadas c/ batata cozida
Salada / Legumes	Salada de alface	Salada / Legumes	Feijão verde	Salada / Legumes	Salada de alface	Salada / Legumes	Salada de tomate	Salada / Legumes	Salada de alface
FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época

Observações: A ementa pode ser alterada sem aviso prévio caso seja necessário. Todas as refeições são servidas com água.

Fornecedor: Associação Betel

Ementas

Escola Básica e Jardim de Infância de Fonte de Angeão

Ementa 2 (Semana do calendário : 40; 45;50;01;06;11;16;20;25)

2ª Feira		3ª Feira		4ª Feira		5ª Feira		6ª Feira	
SOPA	Couve flor	SOPA	Espinafres	SOPA	Creme de legumes	SOPA	Caldo verde	SOPA	Couve coração
PRATO	Atum c/ salada russa (batata cozida, cenoura, feijão verde temp. c/ azeite)	PRATO	Empadão de arroz	PRATO	Bacalhau cozido c/ batata cozida	PRATO	Bife de peru panado c/ massa	PRATO	Perca grelhada c/ arroz
Dieta	Peixe cozido c/ salada russa	Dieta	Bife grelhado c/ arroz	Dieta		Dieta	Bife de peru grelhado c/ massa	Dieta	Perca assada no forno c/ arroz
Salada / Legumes		Salada / Legumes	Alface	Salada / Legumes	Brócolos	Salada / Legumes	Alface	Salada / Legumes	Tomate
FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época

Observações: A ementa pode ser alterada sem aviso prévio caso seja necessário. Todas as refeições são servidas com água.

Fornecedor: Associação Betel

Ementas

Escola Básica e jardim de Infância de Fonte de Angeão

Ementa 3 (Semana do calendário: 41; 46;51;02;07;12;17;21;26)

2ª Feira		3ª Feira		4ª Feira		5ª Feira		6ª Feira	
SOPA	Feijão seco	SOPA	Creme de alho francês	SOPA	Feijão verde	SOPA	Espinafres	SOPA	Nabo
PRATO	Ovo mexido c/ salsichas e arroz de cenoura	PRATO	Barrinhas de peixe no forno c/ salada russa (batata cozida, ervilhas, cenoura temp. c/ azeite)	PRATO	Jardineira de porco e vaca c/ massa	PRATO	Pescada cozida c/ batata cozida e feijão frade	PRATO	Arroz de pato
Dieta	Bife grelhado c/ arroz de cenoura	Dieta	Peixe cozido c/ salada russa	Dieta	Bife grelhado c/ arroz	Dieta		Dieta	Pato cozido c/ arroz
Salada / Legumes	Alface	Salada / Legumes		Salada / Legumes	Alface	Salada / Legumes		Salada / Legumes	Alface
FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época

Observações: A ementa pode ser alterada sem aviso prévio caso seja necessário. Todas as refeições são servidas com água.

Fornecedor: Associação Betel

Ementas

Escola Básica e Jardim de Infância de Fonte de Angeão

Ementa 4 (Semana do calendário: 42; 47;52;03;08;13;18;22;27)

2ª Feira		3ª Feira		4ª Feira		5ª Feira		6ª Feira	
SOPA	Creme de legumes	SOPA	Caldo verde	SOPA	Alho francês	SOPA	Espinafres	SOPA	Feijão seco
PRATO	Massa c/ atum	PRATO	Empadão de arroz	PRATO	Filetes de pescada c/ salada russa (batata cozida, feijão verde, cenoura)	PRATO	Coxinhas de frango assadas c/ esparguete	PRATO	Arroz de peixe
Dieta	Peixe cozido c/ massa	Dieta	Bife grelhado c/ arroz	Dieta	Filetes de pescada grelhada c/ salada russa	Dieta	Coxinhas de frango grelhadas c/ esparguete	Dieta	Peixe cozido c/ arroz
Salada / Legumes	Tomate	Salada / Legumes	Alface	Salada / Legumes		Salada / Legumes	Alface	Salada / Legumes	Tomate
FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época

Observações: A ementa pode ser alterada sem aviso prévio caso seja necessário. Todas as refeições são servidas com água.

Fornecedor: Associação Betel

Ementas

Escola Básica e jardim de Infância de fonte de Angeão

Ementa 5 (Semana do calendário: 43; 48;53;05;10;15;20;25;30)

2ª Feira		3ª Feira		4ª Feira		5ª Feira		6ª Feira	
SOPA	Repolho	SOPA	Feijão verde	SOPA	Creme de cenoura	SOPA	Alho francês	SOPA	Caldo verde
PRATO	Almondegas c/ esparguete	PRATO	Pescada cozida c/ batata cozida	PRATO	Arroz de carne	PRATO	Massada de peixe	PRATO	Perú assado no forno c/ batata cozida
Dieta	Bife grelhado c/ esparguete	Dieta		Dieta	Bife grelhado c/ arroz	Dieta	Peixe cozido c/ massa	Dieta	Bife grelhado c/ batata cozida
Salada / Legumes	Alface	Salada / Legumes	Brócolos	Salada / Legumes	Alface	Salada / Legumes	Tomate	Salada / Legumes	Mista
FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época	FRUTA OU SOBREMESA	Fruta da época

Observações: A ementa pode ser alterada sem aviso prévio caso seja necessário. Todas as refeições são servidas com água.

Fornecedor: Associação Betel