

Semana – 30 de setembro a 04 de outubro de 2024

Segunda-Feira (30-09-2024)

Sopa: Lentilhas.

Prato: Perca Estufada c/ legumes, puré de batata, salada de alface, beterraba e pepino.

Prato Veg: Vegetais estufados c/ macedónia, puré de batata e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Terça-Feira (01-10-2024)

Sopa: Couve lombarda.

Prato: Lombo de porco no forno c/ arroz de cenoura, salada de alface, agrião e tomate.

Prato Veg: Feijão preto estufado c/ legumes, arroz de cenoura e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quarta-Feira (02-10-2024)

Sopa: Feijão branco c/ espinafres.

Prato: Red fish cozido c/ batata doce, couve flôr e feijão verde, salada algarvia (tomate, pepino, milho).

Prato Veg: Batata doce cozida c/ couve flôr, feijão verde, milho e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quinta-Feira (03-10-2024)

Sopa: Caldo verde.

Prato: Arroz à valenciana (porco, frango, salsichas, ervilhas), salada de alface, tomate e rúcula.

Prato Veg: Arroz de açafião c/ soja, ervilhas, cenoura e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Sexta-Feira (04-10-2024)

Sopa: Creme de Legumes c/ coentros.

Prato: Massinha de tamboril, salada de couve roxa, cenoura e pepino.

Prato Veg: Massinha de lentilhas c/ beringela, curgete, abóbora e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



* A ementa pode ser sujeita a alterações


O Diretor
Manuel Nora

ACRILAMENTO DE ESCOLAS D. DINIS - FOITE
Quarteira

Data

23 de setembro 2024