

SEMANA DE 08 A 12 DE MARÇO DE 2010

Agrupamento de Escolas Dr. Fortunato de Almeida



Segunda-feira

Terça-feira

Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

SOPA

Feijão com Couve

Creme de Abóbora
com Feijão Verde

Nabo e Cenoura
com Couve Flor

Feijão Vermelho
com Couve

Couve Flor com
Cenoura

PRATO

Almôndegas
Estufadas com
Espirais e Ervilhas

Maruca Gratinada
com Batata e
Brócolos

Fêvera de Porco de
Cebolada com
Arroz de Ervilhas

Abrótea Estufada
com Batata Cozida
e Couve Flor

Frango Assado
com Arroz de
Cenoura

SALADA

Milho / Alface /
Couve Roxa

Tomate / Alface /
Pepino

Alface / Milho /
Cenoura

Alface / Ervilhas /
Couve Roxa

Alface / Beterraba
/ Milho

SOBREMESA

Fruta da Época

Fruta da Época ou
Fruta Assada

Fruta da Época

Fruta da Época ou
Gelatina

Fruta da Época