

Escolas | João de Araújo Correia

EB23 ● REFEITÓRIO

Ementa | Almoço

Semana de 15/10/18 a 19/10/18

DIA 15/10/2018 ☐☐ SEGUNDA-FEIRA

Peixe

Sopa	Juliana
Prato	Douradinhos no forno c/ arroz de legumes e salada
Sobremesa	Banana/Uvas/Laranja

DIA 16/10/2018 ☐☐ TERÇA-FEIRA

Carne

Sopa	Cebola
Prato	Rancho (macarrão c/carnes variadas, repolho e grão de bico)
Sobremesa	Maçã/Pera/Melancia

DIA 17/10/2018 ☐☐ QUARTA-FEIRA

Peixe

Sopa	Feijão c/ couve
Prato	Dourada assada c/ arroz e legumes
Sobremesa	Leite-creme

DIA 18/10/2018 ☐☐ QUINTA-FEIRA

Carne

Sopa	Caldo verde
Prato	Entrecosto grelhado c/ batata a murro e salada
Sobremesa	Maçã/Abacaxi/Pera

DIA 19/10/2018 ☐☐ SEXTA-FEIRA

Peixe

Sopa	Brócolos
Prato	Pataniscas de bacalhau c/ arroz de feijão e salada
Sobremesa	Melancia/Banana/Laranja

Ementa sujeita a alteração

O Coordenador da Escola E.B. 2,3


Joaquim Luis Silva Teixeira