



ementa semanal

refeitório da escola secundária de odivelas

DE 06 A 10 DE FEVº 2012

2ª Feira	SOPA	CREME DE ERVILHAS
	PRATO	FRANGO GUISADO C/ ESPARGUETE
	SOBREMESA	IOGURTE / FRUTA DA ÉPOCA
3ª Feira	SOPA	FEIJÃO C/ HORTALIÇA
	PRATO	PASTÉIS DE BACALHAU C/ ARROZ DE TOMATE E SALADA MISTA
	SOBREMESA	GELATINA / FRUTA DA ÉPOCA
4ª Feira	SOPA	CANJA DE GALINHA
	PRATO	RANCHO (carne de porco, frango, grão, massa, cenoura e lombardo)
	SOBREMESA	IOGURTE / FRUTA DA ÉPOCA
5ª Feira	SOPA	LOMBARDO
	PRATO	LULAS ESTUFADAS C/ PURÉ DE BATATA E SALADA
	SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
6ª Feira	SOPA	PRIMAVERA
	PRATO	ROLO DE CARNE DE VACA C/ ARROZ BRANCO E SALADA MISTA
	SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
TODOS OS DIAS		Pão de mistura

(ementa sujeita a alteração)

O Responsável,