

Escola Básica da Comporta
(Refeitório Municipal)



13/03/2017 a 17/03/2017

Ementa

2ª feira

Sopa	Caldo Verde
Prato	Douradinhos no forno com arroz de ervilhas e salada de alface
Sobremesa	Iogurte/maçã

3ª feira

Sopa	Puré de coentros
Prato	Bacalhau espiritual com salada mista
Sobremesa	Laranja/maçã

4ª feira

Sopa	Sopa de Santa Teresinha
Prato	Carne de Vitela à jardineira com salada de alface
Sobremesa	Banana/maçã

5ª feira

Sopa	Abóbora com espinafres
Prato	Abrotea assada no forno com batata assada e salada mista
Sobremesa	Pêra/maçã

6ª feira

Sopa	Puré de feijão com agrião
Prato	Frango
Sobremesa	Gelatina/maçã