



Associação de Pais e Amigos
da Criança Vila Cova - Barcelos



EMENTA SEMANAL

Semana: 30 de maio a 3 de junho de 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	Abóbora e lentilhas	Penca	Couve-flor	Nabo	Ervilhas
PRATO	Almôndegas com molho e esparguete, e cenoura e alho-francês salteados ¹	Pescada assada com salada russa (batata, cenoura e ervilhas) ⁴	Hambúrguer com arroz de ervilhas e cenoura, e salada de alface	Massa espiral com Atum, e feijão-verde cozido ^{1,4}	Frango assado com batata cozida, e couve-lombarda salteada
SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	Fruta da época

A Nutricionista: _____

Adriana Sousa, CP: 4004N

A Diretora Técnica: _____

Andreia Simões, Dr.^a

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Frutos de casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de sésamo, 12-Dióxido de enxofre e sulfitos, 13-Tremoço, 14-Moluscos.



EMENTA SEMANAL

Semana: 6 a 10 de junho de 2022



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	Feijão-verde	Brócolos e feijão manteiga	Espinafres	Alho-francês	-
PRATO	Ovos mexidos com arroz de ervilhas, e salada de tomate ³	Bife de peru estufado com massa cotovelos, e curgete salteada ¹	Solha assada com batata e couve-lombarda cozidas ⁴	Panados de porco com arroz de feijão-manteiga, e salada de alface ⁴	FERIADO
SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	-

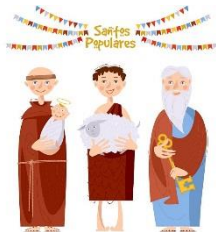
A Nutricionista: _____

Adriana Sousa, CP: 4004N

A Diretora Técnica: _____

Andreia Simões, Dr.^a

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Frutos de casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de sésamo, 12-Dióxido de enxofre e sulfitos, 13-Tremoço, 14-Moluscos.



EMENTA SEMANAL

Semana: 13 a 17 de junho de 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	Penca	Curgete	Ervilhas	-	Cenoura
PRATO	Rancho (com massa riscada) ¹	Salada de atum, ovo e feijão-frade, com arroz branco e salada de alface e tomate ^{3,4}	Empadão de carne de vaca, e cenoura e alho-francês salteados ³	FERIADO	Massa espiral com peru estufado, e salada de cenoura e pepino ¹
SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	-	Fruta da época

A Nutricionista: _____

Adriana Sousa, CP: 4004N

A Diretora Técnica: _____

Andreia Simões, Dr.^a

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Frutos de casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de sésamo, 12-Dióxido de enxofre e sulfitos, 13-Tremoço, 14-Moluscos.



EMENTA SEMANAL



Semana: 20 a 24 de junho de 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	Espinafres e grão de bico	Nabo	Brócolos	Abóbora e lentilhas	Feijão-verde
PRATO	Abrótea assada com arroz de tomate, e salada de alface e cenoura ⁴	Fêvera estufada com esparguete, e couve-lombarda salteada ¹	Bacalhau com grão-de-bico, batata e feijão-verde cozidos ⁴	Frango assado com arroz branco, e salada de tomate e pepino	Douradinhos no forno com batata e couve-coração cozidas ^{1,2,3,4,7,14}
SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	Fruta da época

A Nutricionista: _____

Adriana Sousa, CP: 4004N

A Diretora Técnica: _____

Andreia Simões, Dr.^a

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Frutos de casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de sésamo, 12-Dióxido de enxofre e sulfitos, 13-Tremoço, 14-Moluscos.



EMENTA SEMANAL

Semana: 27 de junho a 1 de julho de 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	Couve-lombarda	Ervilhas	Penca e feijão-branco	Curgete	Alho-francês
PRATO	Carne de vaca estufada com massa cotovelos, e cenoura e alho-francês salteados ¹	Solha assada com salada russa (batata, cenoura e ervilhas) ⁴	Peru assado com arroz de cenoura, e salada de alface e tomate	Pescada à Gomes de Sá, e feijão-verde cozido ^{3,4}	Bife de frango estufado com massa riscada, e couve-coração salteada ¹
SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	Fruta da época

A Nutricionista: _____

Adriana Sousa, CP: 4004N

A Diretora Técnica: _____

Andreia Simões, Dr.^a

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Frutos de casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de sésamo, 12-Dióxido de enxofre e sulfitos, 13-Tremoço, 14-Moluscos.