



# Freguesia de Vermoil

## Semana IV



Escola Básica de 1.º Ciclo e Jardim de Infância de Vermoil

Semana de 21 de 25 de Agosto de 2017

DIA		Plano Semanal de Ementa	Prot (g)	Lip (g)	HC (g)	Kcal
2º FEIRA	Sopa	Juliana				
21-08-2017	Prato	Almondegas Mistas com Molho de Tomate, Massa Esparguete e Salada				
	Sobremesa	Fruta da Época				
3º FEIRA	Sopa	Canja com Massinhas				
22-08-2017	Prato	Salada de grão com bacalhau cozido, batatinha aos cubos, cenoura, brocolos e ovo cozido				
	Sobremesa	Iogurte de Fruta				
4º FEIRA	Sopa	Feijão Verde				
23-08-2017	Prato	Arrozinho de Frango Estufado com Tomate, Ervilhas e Salada				
	Sobremesa	Fruta da Época				
5º FEIRA	Sopa	Espinafres				
24-08-2017	Prato	Gratinado de Atum com Queijo, Massa Espiral, Cubinhos de Cenoura, Milho e Salada				
	Sobremesa	Fruta da Época				
6º FEIRA	Sopa	Lombardo				
25-08-2017	Prato	Pá de Porco Assada no Forno com Puré e Salada				
	Sobremesa	Fruta da Época				

Nota: A ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos

