

Ementa do mês de março de 2022

Semana Dia	02 a 04 de março	07 a 11 de março	14 a 18 de março	21 a 25 de março	28 a 31 de março
Segunda-Feira		Creme de Legumes Rojões com Arroz de Legumes e Salada Fruta da Época	Creme de Legumes Bacalhau à Gomes de Sá e Salada Fruta da Época	Caldo Verde Rancho e Salada Fruta da Época	Sopa de Legumes Massa Gratinada com Atum, Cogumelos e Molho Bechamel e Salada Fruta da Época
Terça-Feira	INTERRUPÇÃO	Sopa de Legumes Bacalhau Assado no Forno com Batata Dourada e Salada Fruta da Época	Caldo Verde Strogonoff de Frango com Cogumelos, Esparguete e Salada Fruta da Época	Creme de Legumes Lombos de Pescada Gratinados com Puré e Salada Fruta da Época e Aletria	Caldo Verde Carne Assada com Arroz e Salada Fruta da Época
Quarta-Feira	Sopa de Legumes Posta de Pescada no Forno com Puré e Salada Fruta da Época e Aletria	Creme de Legumes Arroz de Pato e Salada Fruta da Época	Sopa de legumes Filetes de Pescada com Salada Russa e Salada Fruta da Época	Sopa de Legumes Costeleta à Salsicheiro, Esparguete e Salada Fruta da Época	Creme de legumes Bolinhos de Bacalhau com Salada Russa e Salada Fruta da Época
Quinta-Feira	Caldo Verde Bifinhos de Peru Estufados com Ervilhas, Arroz e Salada Fruta da Época	Sopa de Legumes Esparguete à Bolonhesa e Salada Fruta da Época e Gelado	Sopa de Legumes Jardineira de Carnes com Arroz e Salada Fruta da Época	Creme de Legumes Frango Assado com Arroz e Salada Fruta da Época	Sopa de Legumes Lasanha de Carne e Salada Fruta da Época
Sexta-Feira	Sopa de Legumes Empadão de Atum e Ovo e Salada Fruta da Época	Caldo Verde Lombos de Pescada no Forno com Molho de Mostarda, Puré e Salada Fruta da Época	Creme de Legumes Polvo Cozido com "Batata a Murro", Molho Verde e Salada Fruta da Época e Aletria	Sopa de Legumes Massa de Laços com Atum e Salada Fruta da Época	

Nota: A ficha técnica encontra-se arquivada para consulta no Refeitório e na Biblioteca.

Data: 14/02/2022

O Diretor:


AGRUPAMENTO DE ESCOLAS TOMAZ PELAYO, SANTO TIRSO