



## JUNTA DE FREGUESIA DE VALONGO DO VOUGA

### EMENTAS DA CANTINA ESCOLAR - ALMOÇO

SEMANA: 22 a 26 de Abril de 2024

2ª	Sopa	Juliana
	Prato do dia	Bolonhesa de atum; salada <sup>2,5</sup>
	Prato vegetariano	Esparguete com molho de tomate, cogumelos e mozzarella; salada <sup>1,2</sup>
	Sobremesa	Fruta da época
3ª	Sopa	Feijão-verde
	Prato do dia	Carne de porco à alentejana; salada <sup>6</sup>
	Prato vegetariano	Tofú à alentejana; salada <sup>7</sup>
	Sobremesa	Fruta da época
4ª	Sopa	Grão de bico e cenoura
	Prato do Dia	Pescada estufada com tomate e cenoura; arroz e salada <sup>5</sup>
	Prato vegetariano	Bolinhos de legumes no forno, com arroz; salada <sup>3</sup>
	Sobremesa	Gelatina
5ª	Sopa	Feriado
	Prato do Dia	
	Prato vegetariano	
	Sobremesa	
6ª	Sopa	Couve lombarda
	Prato do Dia	Coxas de frango estufadas, com esparguete e salada <sup>2</sup>
	Prato vegetariano	Esparguete com cogumelos; e salada <sup>2</sup>
	Sobremesa	Fruta da época

O Presidente da Junta de Freguesia  
(Luís Filipe Tondela Felício)

Nutricionista  
(Dra. Jéssica Pinheiro)

"Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações"