



## JUNTA DE FREGUESIA DE VALONGO DO VOUGA

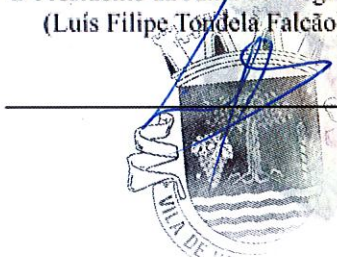
### EMENTAS DA CANTINA ESCOLAR - ALMOÇO

#### SEMANA: 8 a 12 de Abril de 2024

2ª	Sopa	Cenoura e espinafres
	Prato do dia	Douradinhos com macedónia <sup>3,5</sup>
	Prato vegetariano	Ovo cozido com macedónia <sup>3</sup>
	Sobremesa	Fruta da época
3ª	Sopa	Canja de galinha  Legumes
	Prato do dia	Estufado de peru com cogumelos, com arroz de ervilhas; salada
	Prato vegetariano	Estufado de cogumelos, com arroz de ervilhas; salada
	Sobremesa	Fruta da época
4ª	Sopa	Feijão-verde
	Prato do Dia	Salmão grelhado, com batata cozida e brócolos <sup>5</sup>
	Prato vegetariano	Bolinhos de legumes no forno, com batata cozida e brócolos
	Sobremesa	Fruta da época
5ª	Sopa	Creme de legumes
	Prato do Dia	Lombo assado no forno, com esparguete; salada <sup>2</sup>
	Prato vegetariano	Seitã assado no forno, com esparguete; salada <sup>2</sup>
	Sobremesa	Fruta da época
6ª	Sopa	Chuchu
	Prato do Dia	Bacalhau à brás; salada <sup>3,5</sup>
	Prato vegetariano	Alho francês à brás; salada <sup>3</sup>
	Sobremesa	Fruta da época

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

Nutricionista  
(Dr. Jéssica Pinheiro)



"Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações"