



JUNTA DE FREGUESIA DE VALONGO DO VOUGA

EMENTAS DA CANTINA ESCOLAR

SEMANA: 24 de Outubro a 28 de Outubro de 2011

ALMOÇO

2ª	Sopa	Grão-de-bico
	Prato do Dia	Empadão de atum e salada de alface
	Sobremesa	Fruta da época

3ª	Sopa	Caldo verde
	Prato do Dia	Arroz de pato e salada de alface
	Sobremesa	Fruta da época

4ª	Sopa	Creme de legumes
	Prato do Dia	Esparguete à bolonhesa e salada de alface
	Sobremesa	Gelatina

5ª	Sopa	Agrião
	Prato do Dia	Filetes de pescada com salada de feijão-frade e molho verde
	Sobremesa	Fruta da época

6ª	Sopa	Alho francês
	Prato do Dia	Frango assado com batata assada e ananás
	Sobremesa	Fruta da época

A Junta de Freguesia

A Dietista