



JUNTA DE FREGUESIA DE VALONGO DO VOUGA

EMENTAS DA CANTINA ESCOLAR

SEMANA: 02 de Janeiro a 06 de Janeiro 2012

ALMOÇO

2ª	Sopa	
	Prato do Dia	
	Sobremesa	

3ª	Sopa	Caldo verde
	Prato do Dia	Arroz de marisco
	Sobremesa	Salada de fruta

4ª	Sopa	Alho francês
	Prato do Dia	Rancho (carnes, massa, grão, couve)
	Sobremesa	Fruta da época

5ª	Sopa	Feijão verde
	Prato do Dia	Frango assado com batata assada e salada mista
	Sobremesa	Fruta da época

6ª	Sopa	Espinafres
	Prato do Dia	Peixe vermelho frito com feijão-frade, molho verde e arroz
	Sobremesa	Iogurte

A Junta de Freguesia



A Dietista

