



## JUNTA DE FREGUESIA DE VALONGO DO VOUGA

### EMENTAS DA CANTINA ESCOLAR

SEMANA: 23 de Janeiro a 27 de Janeiro de 2012

#### ALMOÇO

2ª	<b>Sopa</b>	Feijão-frade
	<b>Prato do Dia</b>	Empadão de atum e salada de alface
	<b>Sobremesa</b>	Ananás em calda

3ª	<b>Sopa</b>	Feijão verde
	<b>Prato do Dia</b>	Frango guisado com massa cotovelinhos
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época

4ª	<b>Sopa</b>	Espinafres
	<b>Prato do Dia</b>	Costoletas de cebolada com arroz e salada de alface
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época

5ª	<b>Sopa</b>	Canja de galinha
	<b>Prato do Dia</b>	Bacalhau à gomes de Sá e azeitonas
	<b>Sobremesa</b>	Pudim

6ª	<b>Sopa</b>	Alho francês
	<b>Prato do Dia</b>	Feijoada de carne com arroz
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época

A Junta de Freguesia



A Dietista