

	<p align="center"><b>130242 - Agrupamento de Escolas de Ferreira do Alentejo</b></p> <p align="center">Rua Infante D. Henrique 7900-647 Ferreira do Alentejo N.I.F: 600083080 Telefone: 284738050 E-mail: geral@avefa.pt</p>	<p align="center"><b>EMENTAS SEMANA</b></p>
---	--	---

<p>EMENTAS DA SEMANA Setor: AEFA_Refeitório</p>	<p>Entidade: Escola Básica e Secundária José Gomes Ferreira, Ferreira do Alentejo Tipo Refeição: Almoço</p>	<p>Ano Escolar: 2023/2024 Semana: 29/01/2024 a 04/02/2024</p>
---	---	---

		Carne		Peixe	
Segunda-feira	29 jan	Sopa	Sopa de Feijão Verde		
		Prato	Rojões de Porco fritos c/ Batata assada		
		Vegetais			
		Sobremesa	Fruta da época		
		Pão	Pão de trigo		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Terça-feira	30 jan	Sopa			Creme de Cenoura Pasteis de Bacalhau Fritos c/ Arroz de Coentros Salada Mista Fruta da época Pão Regional
		Prato			
		Vegetais			
		Sobremesa			
		Pão			
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quarta-feira	31 jan	Sopa	Sopa de Alho Francês		
		Prato	Frango assado com Puré de Batata		
		Vegetais	Salada Mista		
		Sobremesa	Fruta da época		
		Pão	Pão Regional		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quinta-feira	01 fev	Sopa	Sopa de Couve-branca c/ Cenoura ripada		Sopa de Couve-branca c/ Cenoura ripada Lulas de Caldeirada Salada Mista Fruta da época Pão Regional
		Prato			
		Vegetais			
		Sobremesa			
		Pão			
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Sexta-feira	02 fev	Sopa	Sopa de Espinafres		
		Prato	Perú com Massa espiral gratinada		
		Vegetais	Salada Mista		
		Sobremesa	Fruta da época		
		Pão	Pão Regional		
		V. Calórico			
		Alergénicos			

*pel' A Diretora*  
*Antónia A.*

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica e Secundária José Gomes Ferreira, Ferreira do Alentejo

Ano Escolar: 2023/2024

Setor: AEFA\_Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 05/02/2024 a 11/02/2024

		Carne	Peixe
Segunda-feira	05 fev	Sopa	Sopa de Agrião
		Prato	Panados de Peixe com Arroz de Ervilhas
		Vegetais	Salada Mista
		Sobremesa	Fruta da época
		Pão	Pão Regional
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Terça-feira	06 fev	Sopa	Creme de Abóbora
		Prato	Rojões de Porco fritos c/ Batata assada
		Vegetais	Salada Mista
		Sobremesa	Fruta da época
		Pão	Pão Regional
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Quarta-feira	07 fev	Sopa	Sopa de Alho Francês
		Prato	Esparguete com Atum no molho do Tomate
		Vegetais	Salada Mista
		Sobremesa	Fruta da época
		Pão	Pão Regional
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Quinta-feira	08 fev	Sopa	Creme de Legumes
		Prato	Frango assado com Puré de Batata
		Vegetais	Salada Mista
		Sobremesa	Fruta da época
		Pão	Pão Regional
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Sexta-feira	09 fev	Sopa	Sopa de Espinafres
		Prato	Bacalhau Espiritual
		Vegetais	Salada Mista
		Sobremesa	Fruta da época
		Pão	Pão Regional
		V. Calórico	
		Alergénicos	

*pel' A Diretora*  
*Antónia P.A.*