

Escolas EB 1 e Jardins-de-Infância - 5

MUNICÍPIO DE VILA FLÔR

Semana de 30 de Setembro a 4 de Outubro de 2019



DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	creme de cenoura tesourinhos no forno fruta da época	arroz de tomate (alface, cenoura e couve roxa)
3ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de feijão verde carne de porco estufada fruta da época	esparguete (beringela, curgete e pimento)
4ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	à lavrador bacalhau no forno desfiado com molho bechamel fruta da época	salada (alface, milho e cenoura)
5ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de alho francês frango estufado fruta da época	macarronete (ervilha e cenoura)
6ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de brócolos salada de atum com feijão frade fruta da época	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas

**variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor*



No primitivo calendário romano, que começava em março, *septem* era o sétimo mês, e daí o seu nome. Apesar de ter passado a ser o nono mês, depois da reforma introduzida por Júlio César, manteve a designação de sétimo.
Setembro é o mês que faz a passagem do verão para o outono. A temperatura torna-se mais suave, colhem-se os frutos de fim de verão e começam as vindimas.