

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: ESCOLA SECUNDÁRIA DE BARCELINHOS, BARCELOS

Ano Escolar: 2023/2024

Sector: Refeições

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 22/04/2024 a 28/04/2024

		Carne	Peixe
Segunda-feira 22 abr	Sopa	sopa com couve flor batata,ceb,alho e cenoura	
	Prato	Costeletas Grelhadas com arroz e feijão preto	
	Vegetais	ALFACE	
	Sobremesa	Pêra, Maçã e laranja	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	918 Kcal	
	Alergénicos	Glúten	
Terça-feira 23 abr	Sopa	creme de cenoura (cenoura,cebola,abobara,alho francês)	
	Prato	Frango com massa esparguete ervilhas e cenouras	
	Vegetais	ervilha e cenoura e alface	
	Sobremesa	Macã, laranja e Kiwis	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	717 Kcal	
	Alergénicos	Glúten, Glúten	
Quarta-feira 24 abr	Sopa		sopa de feijão e legumes C/feijão,batata,curgete,cebola,alface e penca
	Prato		Bacalhau com cebolada, batata dourada e legumes
	Vegetais		Penca, tomate e cenoura
	Sobremesa		melão e laranja
	Pão		Pao milho, pao mistura
	V. Calórico		851 Kcal
	Alergénicos		Peixes, Glúten
Sexta-feira 26 abr	Sopa		Sopa Juliana c/bat,nabo,cen,couve lombarda,alho
	Prato		Pescada grelhada com arroz de tomate e salada
	Vegetais		Alface e tomate
	Sobremesa		logurtes , laranja e maçã
	Pão		Pao milho, pao mistura
	V. Calórico		803 Kcal
	Alergénicos		Peixes, Glúten