



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E INOVAÇÃO

**403787 - ESCOLA SECUNDÁRIA DE BARCELINHOS,
BARCELOS**

Rua Areal de Baixo
4755-056 Barcelinhos
N.I.F: 600024768

Telefone: 253839260 E-mail: direcao@esbarcelinhos.pt

**EMENTAS
SEMANA**

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: ESCOLA SECUNDÁRIA DE BARCELINHOS, BARCELOS

Ano Escolar: 2024/2025

Sector: Refeições

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 30/09/2024 a 06/10/2024

		Carne	Peixe
Segunda-feira 30 set	Sopa		Creme de legumes variados
	Prato		Massa fusilli com atum, ovo, pimento e cebola
	Vegetais		TOMATE E PIMENTO
	Sobremesa		Gelatina e maçã e laranjas
	Pão		Pao milho, pao mistura
	V. Calórico		843 Kcal
	Alergénicos		Glúten; Ovos; Peixes, Glúten
Terça-feira 01 out	Sopa	sopa com couve flor batata, ceb, alho e cenoura	
	Prato	Bife de porco estufado com arroz e cogumelos	
	Vegetais	COGUMELOS E ALFACE	
	Sobremesa	Macã, Banana e laranja	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	856 Kcal	
	Alergénicos	Glúten	
Quarta-feira 02 out	Sopa		sopa de feijão e legumes C/feijão, batata, curgete, cebola, alface e penca
	Prato		Lulas estufadas com batata cozida e legumes
	Vegetais		Penca, tomate e cenoura
	Sobremesa		melão e laranja
	Pão		Pao milho, pao mistura
	V. Calórico		742 Kcal
	Alergénicos		Peixes, Glúten
Quinta-feira 03 out	Sopa	Creme de abóbora com ,alho, cenoura, cebola, e coração	
	Prato	Frango assado com arroz e saladas	
	Vegetais	alface e tomate e cenoura	
	Sobremesa	Macã, Banana e laranja	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	739 Kcal	
	Alergénicos	Glúten	
Sexta-feira 04 out	Sopa	Sopa de Espinafres c/bata, cen, ceb, alho, curgete	
	Prato	JARDINEIRA (carne de frango, vitela batata, ervilhas e cenoura)	
	Vegetais	ervilha e cenoura e alface	
	Sobremesa	Macã, laranja e Kiwis	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	727 Kcal	
	Alergénicos	Glúten	