



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: 25/11/2024 a 01/12/2024

		Carne	Peixe
Segunda-feira 25 nov	Sopa	creme de cenoura (cenoura,cebola,abobara,alho francês)	
	Prato	Carne de novilho Estufada com Esparguete, ervilhas e cenouras	
	Vegetais	ervilha e cenoura e alface	
	Sobremesa	Macã,Banana e laranja	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	784 Kcal	
	Alergénicos	Glúten, Glúten	
Terça-feira 26 nov	Sopa		sopa de feijão e legumes C/feijão,batata,curgete,cebola,alface e penca
	Prato		Filetes de Pescada Grelhados com Arroz e saladas
	Vegetais		alface, milho e cenoura
	Sobremesa		clementinas , bananas e laranjas
	Pão		Pao milho, pao mistura
	V. Calórico		865 Kcal
	Alergénicos		Ovos; Peixes, Glúten
Quarta-feira 27 nov	Sopa	Sopa Juliana c/bat,nabo,cen,couve lombarda,alho	
	Prato	Frango do Campo estufado C/arroz estufado e legumes	
	Vegetais	broculos e cenoura	
	Sobremesa	Abacaxi e maçã e laranja	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	677 Kcal	
	Alergénicos	Glúten	
Quinta-feira 28 nov	Sopa		Sopa de Espinafres c/bata,cen,ceb,alho,curgete
	Prato		Bacalhau à Brás com azeitonas e saladas
	Vegetais		alface e tomate e cenoura
	Sobremesa		Macã, laranja e Kiwis
	Pão		Pao milho, pao mistura
	V. Calórico		835 Kcal
	Alergénicos		Ovos; Peixes, Glúten
Sexta-feira 29 nov	Sopa	sopa com couve flor batata,ceb,alho e cenoura	
	Prato	Bife de peru grelhado com arroz de feijão e saladas	
	Vegetais	Alface e tomate	
	Sobremesa	Clementinas , banana e pêras	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	765 Kcal	
	Alergénicos	Glúten	