



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: 20-01-2025 a 26-01-2025

		Carne	Peixe
Segunda-feira	20 jan	Sopa	sopa com couve flor batata,ceb,alho e cenoura
		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	794 Kcal
		Alergénicos	Glúten, Glúten
Terça-feira	21 jan	Sopa	Creme de abóbora com ,alho,cenoura,cebola,e coração
		Prato	Medalhões de pescada no forno com arroz e saladas
		Vegetais	ALFACE E MILHO
		Sobremesa	Gelatina e maçã e laranjas
		Pão	Pao milho, pao mistura
		V. Calórico	687 Kcal
		Alergénicos	Ovos; Peixes, Glúten
Quarta-feira	22 jan	Sopa	creme de nabos c/batata,cebola,alface,cen,alho
		Prato	Feijoada á Transmontana (feijão ver, carnes,cen coração e penca)
		Vegetais	Penca e coração e cenoura
		Sobremesa	Abacaxi e maçã e laranja
		Pão	Pao milho, pao mistura
		V. Calórico	902 Kcal
		Alergénicos	Glúten
Quinta-feira	23 jan	Sopa	Creme de Legumes c/bata,cen,cebola,penca,coração alface
		Prato	Frango assado com arroz e saladas
		Vegetais	Couve roxa, alface e tomate
		Sobremesa	Pêra, Maçã e laranja
		Pão	Pao milho, pao mistura
		V. Calórico	746 Kcal
		Alergénicos	Glúten
Sexta-feira	24 jan	Sopa	sopa de feijão e legumes C/feijão,batata,curgete,cebola,alface e penca
		Prato	Solha grelhada com batatas douradas e legumes
		Vegetais	alface e tomate e cenoura
		Sobremesa	Macã,Banana e laranja
		Pão	Pao milho, pao mistura
		V. Calórico	739 Kcal
		Alergénicos	Peixes, Glúten