



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: 03-02-2025 a 09-02-2025

		Carne	Peixe
Segunda-feira <b>03 fev</b>	Sopa	Caldo Verde(batata, cebola e couve galega e azeite)	
	Prato	Costeletas Grelhadas com arroz e feijão preto	
	Vegetais	Alface	
	Sobremesa	Macã,Banana e laranja	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	953 Kcal	
	Alergénicos	Glúten	
Terça-feira <b>04 fev</b>	Sopa		sopa de feijão e legumes C/feijão,batata,curgete,cebola,alface e penca
	Prato		Bacalhau à Brás com azeitonas e saladas
	Vegetais		alface e tomate e cenoura
	Sobremesa		Pêra, Maçã e laranja
	Pão		Pao milho, pao mistura
	V. Calórico		945 Kcal
	Alergénicos		Ovos; Peixes, Glúten
Quarta-feira <b>05 fev</b>	Sopa	creme de cenoura ( cenoura,cebola,abobara,alho francês)	
	Prato	Frango assado com arroz e saladas	
	Vegetais	alface, milho e cenoura	
	Sobremesa	Abacaxi e maçã e laranja	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	747 Kcal	
	Alergénicos	Glúten	
Quinta-feira <b>06 fev</b>	Sopa	Sopa de Espinafres c/bata,cen,ceb,alho,curgete	
	Prato	Bife de peru grelhado c/massa fusilli e bróculos	
	Vegetais	broculos e cenoura	
	Sobremesa	Pêras e clementinas	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	617 Kcal	
	Alergénicos	Glúten, Glúten	
Sexta-feira <b>07 fev</b>	Sopa		Creme de Legumes c/bata,cen,cebola,penca,coração alface
	Prato		Pescada Primavera com arroz e salada
	Vegetais		Couve roxa, alface e tomate
	Sobremesa		Macã , banana e Kiwi
	Pão		Pao milho, pao mistura
	V. Calórico		728 Kcal
	Alergénicos		Peixes, Glúten