



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: 05-05-2025 a 11-05-2025

		Carne	Peixe
Segunda-feira 05 mai	Sopa	Creme de abóbora com ,alho,cenoura,cebola,e coração	
	Prato	Bife de Perú grelhado com esparguete e cogumelos	
	Vegetais	COGUMELOS E ALFACE	
	Sobremesa	Macã, laranja e Kiwis	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	736 Kcal	
	Alergénicos	Glúten, Glúten	
Terça-feira 06 mai	Sopa		Creme de Legumes c/bata,cen,cebola,penca,coração alface
	Prato		Filetes de Pescada com arroz de feijão vermelho e saladas
	Vegetais		Alface e tomate
	Sobremesa		Gelatina e maçã e laranjas
	Pão		Pao milho, pao mistura
	V. Calórico		891 Kcal
	Alergénicos		Ovos; Peixes, Glúten
Quarta-feira 07 mai	Sopa	Sopa de Espinafres c/bata,cen,ceb,alho,curgete	
	Prato	Alheira no forno com batata cozida e saladas	
	Vegetais	alface e tomate e cenoura	
	Sobremesa	Abacaxi e maçã e laranja	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	784 Kcal	
	Alergénicos	Glúten, Glúten	
Quinta-feira 08 mai	Sopa		creme de nabos c/batata,cebola,alface,cen,alho
	Prato		Bacalhau à Brás com azeitonas e saladas
	Vegetais		alface, milho e cenoura
	Sobremesa		Macã,Banana e laranja
	Pão		Pao milho, pao mistura
	V. Calórico		848 Kcal
	Alergénicos		Ovos; Peixes, Glúten
Sexta-feira 09 mai	Sopa	Caldo Verde(batata, cebola e couve galega e azeite)	
	Prato	Lombo assado com arroz e saladas	
	Vegetais	alface e tomate e cenoura	
	Sobremesa	laranja e banana	
	Pão	Pao milho, pao mistura	
	V. Calórico	774 Kcal	
	Alergénicos	Glúten	