



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: 12-05-2025 a 18-05-2025

		Carne	Peixe
Segunda-feira	12 mai	Sopa	sopa de feijão e legumes C/feijão,batata,curgete,cebola,alface e penca
		Prato	Douradinhos no forno com arroz de tomate e legumes
		Vegetais	ALFACE E MILHO
		Sobremesa	Kiwi, banana e maçã
		Pão	Pao milho, pao mistura
		V. Calórico	740 Kcal
		Alergénicos	Glúten; Ovos, Glúten
Terça-feira	13 mai	Sopa	Sopa de Espinafres c/bata,cen,ceb,alho,curgete
		Prato	Massa á Lavrador(massa com carne novilho, porco, feijão e legumes)
		Vegetais	Alface e coração e cenoura
		Sobremesa	Macã, laranja e Kiwis
		Pão	Pao milho, pao mistura
		V. Calórico	838 Kcal
		Alergénicos	Glúten
Quarta-feira	14 mai	Sopa	sopa com couve flor batata,ceb,alho e cenoura
		Prato	BACALHAU NO FORNO COM BATATA A MURRO E LEGUMES
		Vegetais	Penca e coração e cenoura
		Sobremesa	melão e laranja
		Pão	Pao milho, pao mistura
		V. Calórico	732 Kcal
		Alergénicos	Peixes, Glúten
Quinta-feira	15 mai	Sopa	Sopa Juliana c/bat,nabo,cen,couve lombarda,alho
		Prato	Frango assado com arroz e saladas
		Vegetais	alface e tomate e cenoura
		Sobremesa	Pêras e clementinas
		Pão	Pao milho, pao mistura
		V. Calórico	732 Kcal
		Alergénicos	Glúten
Sexta-feira	16 mai	Sopa	Creme de abóbara com ,alho,cenoura,cebola,e coração
		Prato	Panados de peru com arroz de legumes
		Vegetais	CORAÇÃO E TOMATE
		Sobremesa	Pêra, Maçã e laranja
		Pão	Pao milho, pao mistura
		V. Calórico	740 Kcal
		Alergénicos	Glúten; Ovos, Glúten