



EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica e Secundária de Moimenta da Beira

Ano Escolar: 2020/2021

Sector: Refeitório - EB1

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 21-06-2021 a 27-06-2021

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira	21 jun	Sopa		Legumes	
		Prato		Arroz de tomate com bolos de bacalhau	
		Vegetais		Salada mista	
		Sobremesa		Fruta variada	
		Pão		Pão de mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Terça-feira	22 jun	Sopa	Cenoura		
		Prato	Carne de porco à alentejana		
		Vegetais	Salada mista		
		Sobremesa	Fruta variada		
		Pão	Pão de mistura		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quarta-feira	23 jun	Sopa		Creme de ervilhas	
		Prato		Peixe assado com puré	
		Vegetais		legumes cozidos	
		Sobremesa		Mousse de chocolate	
		Pão		Pão de mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Sexta-feira	25 jun	Sopa	Abóbora		
		Prato	Frango estufado com arroz		
		Vegetais	Salada mista		
		Sobremesa	Fruta variada		
		Pão	Pão de mistura		
		V. Calórico	12 Kcal		
		Alergénicos	Dióxido de enxofre e sulfitos		