



EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica e Secundária de Moimenta da Beira

Ano Escolar: 2020/2021

Sector: Refeitório - EB1

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 28-06-2021 a 04-07-2021

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira 28 jun	Sopa		Juliana		
	Prato		Empadão de atum		
	Vegetais		Salada mista		
	Sobremesa		Pudim		
	Pão		Pão de mistura		
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Terça-feira 29 jun	Sopa	Alho francês			
	Prato	Bife de peru com arroz			
	Vegetais	Salada mista			
	Sobremesa	Fruta variada			
	Pão	Pão de mistura			
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Quarta-feira 30 jun	Sopa		Caldo-verde		
	Prato		Peixe assado com batata		
	Vegetais		legumes cozidos		
	Sobremesa		Fruta variada		
	Pão		Pão de mistura		
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Quinta-feira 01 jul	Sopa	Cenoura			
	Prato	Arroz à valenciana			
	Vegetais	Salada mista			
	Sobremesa	Fruta variada			
	Pão	Pão de mistura			
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Sexta-feira 02 jul	Sopa		Feijão		
	Prato		Bacalhau à brás		
	Vegetais		Salada mista		
	Sobremesa		Fruta variada		
	Pão				
	V. Calórico				
	Alergénicos				