



EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica e Secundária de Moimenta da Beira

Ano Escolar: 2021/2022

Sector: Refeitório Sede

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 22-11-2021 a 28-11-2021

| | | Carne | Peixe | Dieta | Vegetariano |
|----------------------------|-------------|---|-------------------------|-------|-------------|
| Segunda-feira 22 nov | Sopa | Curgete | | | |
| | Prato | Almôndegas com esparguete | | | |
| | Vegetais | Salada mista | | | |
| | Sobremesa | Fruta variada | | | |
| | Pão | | | | |
| | V. Calórico | | | | |
| | Alergénicos | | | | |
| Terça-feira 23 nov | Sopa | Grão com espinafres | | | |
| | Prato | Jardineira | | | |
| | Vegetais | Salada mista | | | |
| | Sobremesa | Pudim | | | |
| | Pão | | | | |
| | V. Calórico | | | | |
| | Alergénicos | | | | |
| Quarta-feira 24 nov | Sopa | | Legumes | | |
| | Prato | | Peixe assado com batata | | |
| | Vegetais | | legumes cozidos | | |
| | Sobremesa | | Fruta variada | | |
| | Pão | | | | |
| | V. Calórico | | | | |
| | Alergénicos | | | | |
| Quinta-feira 25 nov | Sopa | Feijão | | | |
| | Prato | Vitela estufada com arroz | | | |
| | Vegetais | Salada mista | | | |
| | Sobremesa | Fruta variada | | | |
| | Pão | Pão de mistura | | | |
| | V. Calórico | | | | |
| | Alergénicos | | | | |
| Sexta-feira 26 nov | Sopa | Feijão - verde | | | |
| | Prato | Massa de atum, delicias do mar e miolo de camarão | | | |
| | Vegetais | Salada mista | | | |
| | Sobremesa | Fruta variada | | | |
| | Pão | Pão de mistura | | | |
| | V. Calórico | | | | |
| | Alergénicos | | | | |