



EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica e Secundária de Moimenta da Beira

Ano Escolar: 2021/2022

Sector: Refeitório Sede

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 02-05-2022 a 08-05-2022

		Carne	Peixe
Segunda-feira	02 mai	Sopa	Juliana (repolho,ervilha,nabo,cenoura)
		Prato	Empadão de atum
		Vegetais	Alface e cebola
		Sobremesa	Pera
		Pão	Pão de mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Terça-feira	03 mai	Sopa	Creme de feijão branco
		Prato	Vitela estufada com ervilhas e cenoura com arroz branco
		Vegetais	Pepino e tomate
		Sobremesa	Banana
		Pão	Pão de mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Quarta-feira	04 mai	Sopa	Grão-de-bico com nabiça
		Prato	Solha frita com feijão frade cozido
		Vegetais	tomate e cebola
		Sobremesa	Maçã
		Pão	Pão de mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Quinta-feira	05 mai	Sopa	Creme de cenoura
		Prato	Bife de frango estufado com esparguete
		Vegetais	pepino e couve roxa
		Sobremesa	Morangos
		Pão	Pão de mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Sexta-feira	06 mai	Sopa	Nabo com espinafres
		Prato	Bacalhau à gomes de sá
		Vegetais	Feijão-verde
		Sobremesa	Tangerina
		Pão	Pão de mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	