

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica de Gavião

Ano Escolar: 2019/2020

Setor: Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 28-10-2019 a 03-11-2019

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira	28 out	Sopa		Campestre	
		Prato		Arroz de marisco	
		Vegetais		Salada de alface	
		Sobremesa		Uvas ou pêssego em calda	
		Pão		Pão de mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Terça-feira	29 out	Sopa	Sopa do cozido		
		Prato	Cozido à portuguesa		
		Vegetais	Legumes cozidos		
		Sobremesa	Maçã ou melão		
		Pão	Pão de mistura		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quarta-feira	30 out	Sopa		Minestrone	
		Prato		Lombo de perca no forno c/ batata corada	
		Vegetais		Salada mista	
		Sobremesa		Pêra ou banana	
		Pão		Pão de mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quinta-feira	31 out	Sopa	Alface		
		Prato	Empadão de carne		
		Vegetais	Salada mista		
		Sobremesa	Diospiro ou uvas		
		Pão	Pão de mistura		
		V. Calórico			
		Alergénicos			