

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica de Gavião

Ano Escolar: 2019/2020

Setor: Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 27-01-2020 a 02-02-2020

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira	27 jan	Sopa		Couve	
		Prato		Pizza	
		Vegetais		Salada mista	
		Sobremesa		Pêra ou uvas	
		Pão		Pão de mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Terça-feira	28 jan	Sopa	Creme de abóbora		
		Prato	Arroz de pato		
		Vegetais	Salada mista		
		Sobremesa	Maçã ou diospiro		
		Pão	Pão de mistura		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quarta-feira	29 jan	Sopa		Espinafres	
		Prato		Maruca no forno c/ puré de batata	
		Vegetais		Salada mista	
		Sobremesa		Clementina ou gelado	
		Pão		Pão de mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quinta-feira	30 jan	Sopa	Sopa do cozido		
		Prato	Cozido à portuguesa		
		Vegetais	Salada mista		
		Sobremesa	Maçã ou kiwi		
		Pão	Pão de mistura		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Sexta-feira	31 jan	Sopa			Creme de legumes
		Prato			Brás de cogumelos
		Vegetais			Salada mista
		Sobremesa			Salada de frutas ou pêra
		Pão			Pão de mistura
		V. Calórico			
		Alergénicos			