

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica de Gavião

Ano Escolar: 2019/2020

Sector: Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 10-02-2020 a 16-02-2020

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira	10 fev	Sopa	Alho francês		
		Prato	Almôndegas de vaca c/ massa espiral		
		Vegetais	Salada mista		
		Sobremesa	Pêra ou laranja		
		Pão	Pão de mistura		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Terça-feira	11 fev	Sopa		Creme de cenoura	
		Prato		Peixe espada grelhado	
		Vegetais		Batata e legumes cozidos	
		Sobremesa		Kiwi ou banana	
		Pão		Pão de mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quarta-feira	12 fev	Sopa	Juliana		
		Prato	Feijoada à transmontana		
		Vegetais	Salada mista		
		Sobremesa	Maçã ou uvas		
		Pão	Pão de mistura		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quinta-feira	13 fev	Sopa		Nabiça	
		Prato		Lombo de perca no forno c/ batata corada	
		Vegetais		Salada mista	
		Sobremesa		Pera ou iogurte	
		Pão		Pão de mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Sexta-feira	14 fev	Sopa			Creme de legumes
		Prato			Brás de cogumelos
		Vegetais			Salada mista
		Sobremesa			Salada de frutas ou pêra
		Pão			Pão de mistura
		V. Calórico			
		Alergénicos			