

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica de Gavião

Ano Escolar: 2019/2020

Sector: Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 17-02-2020 a 23-02-2020

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira	17 fev	Sopa	Caldo verde		
		Prato	Strogonoff de peru c/esparguete		
		Vegetais	Salada mista		
		Sobremesa	Maçã ou clementina		
		Pão	Pão de mistura		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Terça-feira	18 fev	Sopa		Sopa de grão com espinafres	
		Prato		Arroz de peixe	
		Vegetais		Salada de alface e tomate	
		Sobremesa		Uvas ou kiwi	
		Pão		Pão de mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quarta-feira	19 fev	Sopa	Crema de feijão		
		Prato	Lombo porco c/ puré de batata		
		Vegetais	Salada mista		
		Sobremesa	Pêra ou laranja		
		Pão	Pão de mistura		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quinta-feira	20 fev	Sopa		Primavera	
		Prato		Salmão grelhado com batata	
		Vegetais		Legumes cozidos	
		Sobremesa		Kiwi ou profiteroles	
		Pão		Pão de mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Sexta-feira	21 fev	Sopa	Crema de abóbora		
		Prato	Jardineira de vitela		
		Vegetais	Salada mista		
		Sobremesa	Maçã ou uvas		
		Pão	Pão de mistura		
		V. Calórico			
		Alergénicos			