



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E INOVAÇÃO

135495 - Agrupamento de Escolas de Gavião

Rua 23 de Novembro Apartado 12

6041-909 Gavião

N.I.F: 600082164

Telefone: 241639000 E-mail: direcao@agrupamentoverticalgaviao.pt

**EMENTAS
SEMANA**

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica de Gavião

Ano Escolar: 2024/2025

Setor: Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 14-10-2024 a 20-10-2024

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	14 out	Sopa	Alho francês	Alho francês
		Prato	Douradinhos de pescada c/ arroz de tomate	Ovos escalfados c/ tomate e feijão encarnado
		Vegetais	Salada mista	Salada mista
		Sobremesa	Laranja ou uvas	Laranja ou uvas
		Pão	Pão de mistura	Pão de mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	15 out	Sopa	Agrião	Agrião
		Prato	Costeletas de porco c/ batata frita	Estufado de feijão c/ arroz
		Vegetais	Salada mista	Salada mista
		Sobremesa	Maçã ou melão	Maçã ou melão
		Pão	Pão de mistura	Pão de mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	16 out	Sopa	Creme de feijão	Creme de feijão
		Prato	Massada de cherne	Arroz c/ todos
		Vegetais	Salada mista	Salada mista
		Sobremesa	Banana ou quivi	Banana ou quivi
		Pão	Pão de mistura	Pão de mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	17 out	Sopa	Creme de abóbora	Creme de abóbora
		Prato	Arroz à valenciana	Esparguete c/ natas e cogumelos
		Vegetais	Salada mista	Salada mista
		Sobremesa	Nectarina ou uvas	Nectarina ou uvas
		Pão	Pão de mistura	Pão de mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	18 out	Sopa	Nabiça	Nabiça
		Prato	Bacalhau à brás	Estufado de tofu e cogumelos
		Vegetais	Salada mista	Salada mista
		Sobremesa	Pêra ou gelatina	Pêra ou gelatina
		Pão	Pão de mistura	Pão de mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		