

## 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

**Ano Escolar:** 2024/2025

**EMENTAS DA SEMANA** 

Entidade: Escola Básica de Gavião

Setor: Refeitório Tipo Refeição: Almoço Semana: 09-12-2024 a 15-12-2024

			Carne	Peixe	Vegetariano
	09 dez	Sopa		Creme de feijão	Creme de feijão
Cegalida-leii a		Prato		Rissóis de pescada c/ arroz de tomate	Curgetes recheadas
5		Vegetais		Salada de alface	Salada de alface
		Sobremesa		Maçâ ou laranja	Laranja ou maçã
5 (		Pão		Pão de mistura	Pão de mistura
3		V. Calórico			
		Alergénicos			
	10 dez	Sopa	Espinafres		Espinafres
		Prato	Vitela estufada c/ massa espiral		Estufado de tofu e cogumelos
<u> </u>		Vegetais	Salada mista		Salada mista
<u> </u>		Sobremesa	Kiwi ou pêra		Kiwi ou pêra
ı erça-ıelra		Pão	Pão de mistura	7	Pão de mistura
		V. Calórico			
		Alergénicos			
	11 dez	Sopa		Creme de ervilhas	Creme de ervilhas
σ		Prato		Salmão grelhado c/ batata	Arroz c/ todos
		Vegetais		Legumes cozidos	Salada mista
<u>-</u>		Sobremesa		Banana ou diospiro	Banana ou diospiro
Quarta-reira		Pão		Pão de mistura	Pão de mistura
3		V. Calórico			
		Alergénicos			
	12 dez	Sopa	Minestrone		Creme de legumes
<u> </u>		Prato	Bifes de perú c/ batata frita		Soja estufada c/ massinhas
<u>e</u>		Vegetais	Salada mista		Salada mista
Quinta-teira		Sobremesa	Clementina ou uvas		Clementina ou uvas
ב ב		Pão	Pão de mistura		Pão de mistura
3		V. Calórico			
		Alergénicos			
	13 dez	Sopa		Creme de peixe c/ coentros	Creme de peixe c/ coentros
~		Prato		Massada de peixe	Legumes à brás
e		Vegetais		Salada mista	Salada mista
Sexta-teira		Sobremesa		Kiwi ou pudim flan de chocolate	Kiwi ou pudim flan de chocolate
X (		Pão		Pão de mistura	Pão de mistura
מ		V. Calórico			
		Alergénicos			

Impresso em: 03-12-2024 11:42:08 MAES001.1 Página 1 de 1