



EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica de Mourão

Ano Escolar: 2021/2022

Sector: Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 16-05-2022 a 22-05-2022

| | | Carne | Peixe |
|---------------------------------------|-------------|-------------------------------------|-----------------------------------|
| Segunda-feira 16 mai | Sopa | | Creme de Legumes |
| | Prato | | Salada Russa |
| | Vegetais | | |
| | Sobremesa | | Maçã |
| | Pão | | Pão |
| | V. Calórico | | |
| | Alergénicos | | 1, 3, 6), 1,3,4,12, 0 |
| Terça-feira 17 mai | Sopa | Creme de Legumes | |
| | Prato | Entrecosto assado c/batata assada | |
| | Vegetais | Salada | |
| | Sobremesa | Gelatina ananas/Fruta | |
| | Pão | Pão | |
| | V. Calórico | | |
| | Alergénicos | 1, 3, 6), 1,3,6, 12, 1,6,7,8,10,12 | |
| Quarta-feira 18 mai | Sopa | | Não tem sopa |
| | Prato | | Açorda de cação |
| | Vegetais | | |
| | Sobremesa | | Banana |
| | Pão | | Pão |
| | V. Calórico | | |
| | Alergénicos | | 0, 1,12, 0 |
| Quinta-feira 19 mai | Sopa | Creme de Legumes | |
| | Prato | Frango em molho tomate c/esparguete | |
| | Vegetais | Salada | |
| | Sobremesa | logurte e fruta | |
| | Pão | Pão | |
| | V. Calórico | | |
| | Alergénicos | 1, 3, 6), 1,3,6, 12, 7 | |
| Sexta-feira 20 mai | Sopa | | Caldo verde |
| | Prato | | Filetes de pescada c/arroz tomate |
| | Vegetais | | Salada |
| | Sobremesa | | Maçã |
| | Pão | | Pão |
| | V. Calórico | | |
| | Alergénicos | | 1,3,6, 1,3,6, 12, 0 |