



**EMENTAS DA SEMANA**

**Entidade:** Escola Secundária de Resende

**Ano Escolar:** 2021/2022

**Sector:** Refeitório Escola Secundária

**Tipo Refeição:** Almoço

**Semana:** 18-10-2021 a 24-10-2021

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
<b>Segunda-feira</b>	<b>18 out</b>	Sopa		Creme Alho Francês	
		Prato		Panamistos com arroz de cenoura	
		Vegetais		Legumes Cozidos	
		Sobremesa		Pudim e kiwi	
		Pão		Pão	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
<b>Terça-feira</b>	<b>19 out</b>	Sopa		Repolho	
		Prato		Lombos de pescada gratinado com arroz	
		Vegetais		Legumes Cozidos	
		Sobremesa		Laranja e Maçã	
		Pão		Pão	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
<b>Quarta-feira</b>	<b>20 out</b>	Sopa	Creme de Legumes		
		Prato	Rancho		
		Vegetais			
		Sobremesa	Banana e Pêra		
		Pão	Pão		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
<b>Quinta-feira</b>	<b>21 out</b>	Sopa	Repolho		
		Prato	Rojões com batata cozida		
		Vegetais	Couve flôr cozida		
		Sobremesa	Maçã e laranja		
		Pão	Pão		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
<b>Sexta-feira</b>	<b>22 out</b>	Sopa	Penca		
		Prato	Massa com vitela		
		Vegetais	Alface milho e pepino		
		Sobremesa	Tangerina e Pêra		
		Pão	Pão		
		V. Calórico			
		Alergénicos			