



**EMENTAS DA SEMANA**

Entidade: Escola Secundária de Resende

Ano Escolar: 2021/2022

Sector: Refeitório Escola Secundária

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 25-10-2021 a 31-10-2021

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira <b>25 out</b>	Sopa		Feijão Verde		
	Prato		Massa de atum		
	Vegetais		Salada de alface e pepino		
	Sobremesa		Leite creme e Pêra		
	Pão		Pão		
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Terça-feira <b>26 out</b>	Sopa	Repolho			
	Prato	Bife de peru grelhado com arroz de legumes			
	Vegetais	Alface tomate e cogumelos			
	Sobremesa	Laranja e kiwi			
	Pão	Pão			
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Quarta-feira <b>27 out</b>	Sopa		Creme de Legumes		
	Prato		Pescada cozida com batata e ovo		
	Vegetais		Brocolos salteados		
	Sobremesa		Banana e Maçã		
	Pão		Pão		
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Quinta-feira <b>28 out</b>	Sopa	Nabiças			
	Prato	Frango Assado com Arroz			
	Vegetais	Salada de Alface, Tomate e cenoura			
	Sobremesa	Tangerina e Pêra			
	Pão	Pão			
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Sexta-feira <b>29 out</b>	Sopa	Creme Alho Francês			
	Prato	Vitela estufada com ervilhas e esparguete cozida			
	Vegetais				
	Sobremesa	Maçã e Pêra			
	Pão	Pão			
	V. Calórico				
	Alergénicos				