



EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Secundária de Resende

Ano Escolar: 2021/2022

Sector: Refeitório Escola Secundária

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 22-11-2021 a 28-11-2021

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira 22 nov	Sopa		Penca		
	Prato		Filetes de pescada com arroz		
	Vegetais		Feijão frade		
	Sobremesa		Banana e Kiwi		
	Pão		Pão		
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Terça-feira 23 nov	Sopa	Creme Cenoura			
	Prato	Bifanas laminadas com massa cozida			
	Vegetais	Alface tomate e cogumelos			
	Sobremesa	Tangerina e Maçã			
	Pão	Pão			
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Quarta-feira 24 nov	Sopa		Repolho		
	Prato		Pescada cozida com batata e ovo		
	Vegetais		Brócolos		
	Sobremesa		Leite creme e laranja		
	Pão		Pão		
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Quinta-feira 25 nov	Sopa	Creme de Legumes			
	Prato	Frango Assado com Arroz			
	Vegetais	Salada de Alface, tomate e queijo fresco			
	Sobremesa	Laranja e kiwi			
	Pão	Pão			
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Sexta-feira 26 nov	Sopa	Feijão Verde			
	Prato	Massa à Bolonesa			
	Vegetais	Salada de Alface e tomate			
	Sobremesa	Maçã e Pêra			
	Pão	Pão			
	V. Calórico				
	Alergénicos				