



EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Secundária de Resende

Ano Escolar: 2021/2022

Sector: Refeitório Escola Secundária

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 08-11-2021 a 14-11-2021

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira 08 nov	Sopa		Creme Cenoura		
	Prato		Massa de atum		
	Vegetais		Alface tomate e cogumelos		
	Sobremesa		Banana e Pêra		
	Pão		Pão		
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Terça-feira 09 nov	Sopa	Nabiças			
	Prato	Jardineira de vitela			
	Vegetais	Alface pepino e azeitonas			
	Sobremesa	Tangerina e Maçã			
	Pão	Pão			
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Quarta-feira 10 nov	Sopa	Feijão Verde			
	Prato	Espetada de peru com Arroz			
	Vegetais	Alface, tomate, milho e azeitonas.			
	Sobremesa	Laranja e pêra			
	Pão	Pão			
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Quinta-feira 11 nov	Sopa		Repolho		
	Prato		Solha frita com arroz de feijão vermelho		
	Vegetais		Alface pepino e queijo fresco		
	Sobremesa		Castanhas e maçã		
	Pão		Pão		
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Sexta-feira 12 nov	Sopa	Creme de Legumes			
	Prato	Feveras grelhadas com massa cozida			
	Vegetais	Jardineira cozida			
	Sobremesa	Kiwi e Maçã			
	Pão	Pão			
	V. Calórico				
	Alergénicos				