



EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Secundária de Resende

Ano Escolar: 2021/2022

Sector: Refeitório Escola Secundária

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 13-12-2021 a 19-12-2021

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira	13 dez	Sopa	Creme Cenoura		
		Prato	Bifanas laminadas com massa cozida		
		Vegetais	Alface tomate e cogumelos		
		Sobremesa	Maçã e Pêra		
		Pão	Pão		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Terça-feira	14 dez	Sopa		Repolho	
		Prato		Lombos de pescada gratinado com arroz	
		Vegetais		Legumes Cozidos	
		Sobremesa		Laranja e Maçã	
		Pão		Pão	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quarta-feira	15 dez	Sopa	Espinafres		
		Prato	Peito de frango estufado com ervilhas e massa cozida		
		Vegetais	Salada de Alface e tomate		
		Sobremesa	Tangerina e Maçã		
		Pão	Pão		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quinta-feira	16 dez	Sopa	Feijão Verde		
		Prato	Vitela assada com arroz		
		Vegetais	Salada de Alface e tomate		
		Sobremesa	Banana e Kiwi		
		Pão	Pão		
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Sexta-feira	17 dez	Sopa		Creme de Ervilhas	
		Prato		Bacalhau à braga com batata	
		Vegetais		Penca Salteada	
		Sobremesa		Bolo Rei e pêra	
		Pão		Pão	
		V. Calórico			
		Alergénicos			