



EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Secundária de Resende

Ano Escolar: 2021/2022

Sector: Refeitório Escola Secundária

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 24-01-2022 a 30-01-2022

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira 24 jan	Sopa		Repolho		
	Prato		Filetes de pescada panados com arroz		
	Vegetais		Feijão frade		
	Sobremesa		logurte e Kiwi		
	Pão		Pão		
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Terça-feira 25 jan	Sopa	Creme de Legumes			
	Prato	Strogonoffe de frango com arroz			
	Vegetais	Salada de Alface, Tomate e cenoura			
	Sobremesa	Tangerina e Maçã			
	Pão	Pão			
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Quarta-feira 26 jan	Sopa	Penca			
	Prato	Rojões com batata cozida			
	Vegetais	Couve flôr cozida			
	Sobremesa	Laranja e pêra			
	Pão	Pão			
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Quinta-feira 27 jan	Sopa		Creme Alho Francês		
	Prato		Medalhões de pescada gratinada com arroz		
	Vegetais		Salada de alface milho e cogumelos		
	Sobremesa		Maçã e Pêra		
	Pão		Pão		
	V. Calórico				
	Alergénicos				
Sexta-feira 28 jan	Sopa	Feijão Verde			
	Prato	Massa à Bolonhesa			
	Vegetais	Salada alface e cenoura			
	Sobremesa	Maçã e Pêra			
	Pão	Pão			
	V. Calórico				
	Alergénicos				