



EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Secundária de Resende

Ano Escolar: 2021/2022

Sector: Refeitório Escola Secundária

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 28-02-2022 a 06-03-2022

		Carne	Peixe
Segunda-feira 28 fev	Sopa		Repolho
	Prato		Massa de atum
	Vegetais		Salada de Alface, Tomate e cenoura
	Sobremesa		logurte e pêra
	Pão		Pão
	V. Calórico		
	Alergénicos		
Quarta-feira 02 mar	Sopa		Creme Cenoura
	Prato		Medalhões de pescada gratinada com arroz
	Vegetais		Salada de alface tomate e milho
	Sobremesa		Banana e Kiwi
	Pão		Pão
	V. Calórico		
	Alergénicos		
Quinta-feira 03 mar	Sopa		Feijão Verde
	Prato		Lombo Assado com arroz
	Vegetais		Salada de alface e pepino e cenoura
	Sobremesa		Tangerina e Maçã
	Pão		Pão
	V. Calórico		
	Alergénicos		
Sexta-feira 04 mar	Sopa		Penca
	Prato		Bife de Perú grelhado com massa cozida
	Vegetais		Legumes Cozidos
	Sobremesa		Laranja e pêra
	Pão		Pão
	V. Calórico		
	Alergénicos		