

 REPÚBLICA PORTUGUESA EDUCAÇÃO	171037 - Agrupamento Escolas Ordem de Santiago, Setúbal Avenida da Bela Vista 2910-421 Setúbal N.I.F: 600074463 Telefone: 265739703 E-mail: aveosbelavista@gmail.com	EMENTAS SEMANA
---	---	---------------------------

EMENTAS DA SEMANA	Entidade: Escola Básica e Secundária Ordem de Santiago, Setúbal	Ano Escolar: 2020/2021
Sector: Refeitório sede	Tipo Refeição: Almoço	Semana: 21-09-2020 a 27-09-2020

		Carne		Peixe		Dieta		Vegetariano	
Terça-feira	22 set	Sopa		Feijão Vermelho com hortaliça					
		Prato		Filetes de escamudo no forno e batata cozida					
		Vegetais		Alface, milho e tomate					
		Sobremesa		Fruta da Época					
		Pão		Pão de Mistura					
		V. Calórico		254 Kcal					
		Alergénicos							
Quinta-feira	24 set	Sopa		Caldo Verde					
		Prato		Arroz de Peixe com coentros					
		Vegetais		Alface, beterraba e milho					
		Sobremesa		Fruta da Época					
		Pão		Pão de Mistura					
		V. Calórico		596 Kcal					
		Alergénicos		Peixes					
Sexta-feira	25 set	Sopa	Horta						
		Prato	Carne de porco estufada com ervilhas, cenoura e macarronete						
		Vegetais	Cenoura, couve roxa e pepino						
		Sobremesa	Fruta da Época						
		Pão	Pão de Mistura						
		V. Calórico	664 Kcal						
		Alergénicos	Cereais com glúten						