



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: 2021/2022

Sector: Refeitório sede

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 04-10-2021 a 10-10-2021

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira 04 out	Sopa	Espinafres			
	Prato	Ovos mexidos com cogumelos e arroz branco			
	Vegetais	Alface, tomate e cenoura			
	Sobremesa	Fruta da Época			
	Pão	Pão de Mistura			
	V. Calórico	527 Kcal			
	Alergénicos	Ovos			
Quarta-feira 06 out	Sopa	Creme de Cenoura com couve-branca			
	Prato	Frango estufado com ervilhas cenoura e esparguete			
	Vegetais	Alface, couve-roxa e pepino			
	Sobremesa	Fruta da Época			
	Pão	Pão de Mistura			
	V. Calórico	663 Kcal			
	Alergénicos				
Quinta-feira 07 out	Sopa		Grão com nabiças		
	Prato		Solha no forno com molho de limão e batata cozida		
	Vegetais		Alface, beterraba e cenoura		
	Sobremesa		Fruta da Época		
	Pão		Pão de Mistura		
	V. Calórico		550 Kcal		
	Alergénicos		Peixes		
Sexta-feira 08 out	Sopa	Legumes			
	Prato	Feijoada à Portuguesa e arroz branco			
	Vegetais	Cenoura couve-roxa e tomate			
	Sobremesa	Fruta da Época			
	Pão	Pão de Mistura			
	V. Calórico	756 Kcal			
	Alergénicos	aipo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Cereais que contêm glúten, Ovos, Soja, Dióxido de enxofre e sulfitos			