



**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: 06-12-2021 a 12-12-2021

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira	06 dez	Sopa	Horta		
		Prato	Massinha de Peixe com coentros		
		Vegetais	Couve-roxa, cenoura e tomate		
		Sobremesa	Fruta da Época		
		Pão	Pão de Mistura		
		V. Calórico	629 Kcal		
		Alergénicos	Cereais que contêm glúten, Peixe		
Terça-feira	07 dez	Sopa	Juliana		
		Prato	Strogonoff de porco com arroz branco		
		Vegetais	Alface, cenoura e tomate		
		Sobremesa	Fruta da Época		
		Pão	Pão de Mistura		
		V. Calórico	555 Kcal		
		Alergénicos	Cereais que contêm glúten, Leite, Dióxido de enxofre e sulfitos		
Quinta-feira	09 dez	Sopa	Alho-francês com cenoura		
		Prato	Hambúrguer de aves e massa espiral		
		Vegetais	Couve-roxa, pepino e tomate		
		Sobremesa	Fruta da Época		
		Pão	Pão de Mistura		
		V. Calórico	210 Kcal		
		Alergénicos	Cereais que contêm glúten, Soja, Dióxido de enxofre e sulfitos		
Sexta-feira	10 dez	Sopa	Alho-francês com cenoura		
		Prato	Pescada cozida com batata, ervilha, milho e cenoura		
		Vegetais	Alface, beterraba e pepino		
		Sobremesa	Fruta da Época		
		Pão	Pão de Mistura		
		V. Calórico	580 Kcal		
		Alergénicos	Peixe		