



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: 22-11-2021 a 28-11-2021

| | | Carne | Peixe | Dieta | Vegetariano |
|----------------------------|-------------|---|--|-------|-------------|
| Segunda-feira 22 nov | Sopa | Abóbora com massinhas | | | |
| | Prato | Rolo de carne no forno com oregãos e massa esparguete | | | |
| | Vegetais | Couve-roxa, pimento e tomate | | | |
| | Sobremesa | Fruta da Época | | | |
| | Pão | Pão de Mistura | | | |
| | V. Calórico | 645 Kcal | | | |
| | Alergénicos | Cereais que contêm com glúten, Soja, Dióxidos de enxofre e sulfitos | | | |
| Terça-feira 23 nov | Sopa | | Grão de bico com cubinhos de cenoura e nabo | | |
| | Prato | | Red-fish estufado com cenoura e batata cozida | | |
| | Vegetais | | Alface, cenoura e milho | | |
| | Sobremesa | | Fruta da Época | | |
| | Pão | | Pão de Mistura | | |
| | V. Calórico | | 264 Kcal | | |
| | Alergénicos | | Peixe | | |
| Quarta-feira 24 nov | Sopa | Grelos | | | |
| | Prato | Perna de Perú assada com laranja, arroz de ervilhas e milho | | | |
| | Vegetais | Alface, pepino e tomate | | | |
| | Sobremesa | Fruta da Época | | | |
| | Pão | Pão de Mistura | | | |
| | V. Calórico | 674 Kcal | | | |
| | Alergénicos | | | | |
| Quinta-feira 25 nov | Sopa | | Creme de brócolos com feijão branco | | |
| | Prato | | Massa fusilli gratinada de peixe com cogumelos e cenoura | | |
| | Vegetais | | Cenoura, couve-roxa e tomate | | |
| | Sobremesa | | Fruta da Época | | |
| | Pão | | Pão de Mistura | | |
| | V. Calórico | | 618 Kcal | | |
| | Alergénicos | | Cereais que contêm glúten; Peixe; Leite | | |

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica e Secundária Ordem de Santiago, Setúbal

Ano Escolar: 2021/2022

Setor: Refeitório sede

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 22-11-2021 a 28-11-2021

| | | Carne | Peixe | Dieta | Vegetariano |
|--------------------|-------------------|--------------------|-----------------------------------|-------|-------------|
| Sexta-feira | 26 nov | Sopa | Caldo Verde | | |
| | | Prato | Arroz misto de carnes com açafrão | | |
| | | Vegetais | Alface, Betarraba e milho | | |
| | | Sobremesa | Fruta da Época | | |
| | | Pão | Pão de Mistura | | |
| | | V. Calórico | 658 Kcal | | |
| | | Alergénicos | | | |