



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: Município de Setúbal

Ano Escolar: 2022/2023

Sector: Refeitório Município Sede

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 23-01-2023 a 29-01-2023

		Carne	Peixe
Segunda-feira 23 jan	Sopa	Curgete, cenoura e couve coração	
	Prato	Almôndegas de aves estufadas em molho de tomate com esparguete	
	Vegetais	Cenoura, couve roxa e pepino	
	Sobremesa	Fruta da Época	
	Pão	Pão de Mistura	
	V. Calórico	369 Kcal	
	Alergénicos	Glúten; Ovos; Soja; Dióxido de enxofre e sulfitos	
Terça-feira 24 jan	Sopa		Creme de feijão branco e agrião
	Prato		Pescada cozida com batata e legumes cozidos
	Vegetais		Alface, pepino e tomate
	Sobremesa		Fruta da Época
	Pão		Pão de Mistura
	V. Calórico		248 Kcal
	Alergénicos		Peixes e produtos à base de peixe;
Quarta-feira 25 jan	Sopa	Alho-francês e abóbora	
	Prato	Pá de porco estufada com cenoura, ervilhas e arroz branco	
	Vegetais	Alface, couve em juliana e tomate.	
	Sobremesa	Fruta da Época	
	Pão	Pão de Mistura	
	V. Calórico	379 Kcal	
	Alergénicos		
Quinta-feira 26 jan	Sopa		Creme de couve-flor e abóbora
	Prato		Salada de cavala com grão, macedónia de legumes e massa de cotovelinhos
	Vegetais		Alface, pepino e tomate
	Sobremesa		Fruta da Época
	Pão		Pão de Mistura
	V. Calórico		388 Kcal
	Alergénicos		Glúten; Ovos; Peixes; Soja
Sexta-feira 27 jan	Sopa	Espinafres	
	Prato	Arroz Xau-Xau (ovo, frango desfiado, cenoura, ervilhas, feijão-verde e milho)	
	Vegetais	Alface, tomate e cenoura	
	Sobremesa	Fruta da Época	
	Pão	Pão de Mistura	
	V. Calórico	428 Kcal	
	Alergénicos	Ovos e produtos à base de ovos;	