



EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Secundária de S. Lourenço, Portalegre

Ano Escolar: 2020/2021

Sector: Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 10-05-2021 a 16-05-2021

| | | Carne | Peixe | Dieta | Vegetariano |
|----------------------------|-------------|--|-------------------------------------|--|-------------|
| Segunda-feira 10 mai | Sopa | | AGRIÃO | | |
| | Prato | | TIRAS DE CHOCO PANADAS COM ARROZ | | |
| | Vegetais | | ALFACE, TOMATE, CENOURA RALADA | | |
| | Sobremesa | | FRUTA | | |
| | Pão | | PÃO | | |
| | V. Calórico | | | | |
| | Alergénicos | | | CEREAIS QUE CONTÊM GLÚTEN | |
| Terça-feira 11 mai | Sopa | FEIJÃO VERDE | | | |
| | Prato | MASSA FUSILLI COM FIAMBRE, BACON E COGUMELOS | | | |
| | Vegetais | ALFACE, TOMATE, CENOURA RALADA | | | |
| | Sobremesa | FRUTA | | | |
| | Pão | PÃO | | | |
| | V. Calórico | | | | |
| | Alergénicos | | CEREAIS QUE CONTÊM GLÚTEN | | |
| Quarta-feira 12 mai | Sopa | COUVE FLOR | | | |
| | Prato | ALMONDEGAS DE PORCO, ESPARGUETE | | | |
| | Vegetais | ALFACE, TOMATE, CENOURA RALADA | | | |
| | Sobremesa | FRUTA | | | |
| | Pão | PÃO | | | |
| | V. Calórico | | | | |
| | Alergénicos | | CEREAIS QUE CONTÊM GLÚTEN | | |
| Quinta-feira 13 mai | Sopa | | CALDO VERDE | | |
| | Prato | | BACALHAU DOURADO | | |
| | Vegetais | | ALFACE, TOMATE, CENOURA RALADA | | |
| | Sobremesa | | FRUTA | | |
| | Pão | | PÃO | | |
| | V. Calórico | | | | |
| | Alergénicos | | | Cereais que contêm glúten, ovo, peixes, leite | |

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Secundária de S. Lourenço, Portalegre

Ano Escolar: 2020/2021

Setor: Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 10-05-2021 a 16-05-2021

| | | Carne | Peixe | Dieta | Vegetariano |
|---|--------------------|---------------------------------------|-------|-------|-------------|
| Sexta-feira 14 mai | Sopa | PURÉ DE CENOURA COM OVO E COENTROS | | | |
| | Prato | PERNA DE PERÚ ASSADA COM BATATA FRITA | | | |
| | Vegetais | ALFACE, TOMATE, CENOURA RALADA | | | |
| | Sobremesa | FRUTA | | | |
| | Pão | PÃO | | | |
| | V. Calórico | | | | |
| | Alergénicos | OVO | | | |