

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica de Ponte de Sôr

Ano Escolar: 2023/2024

Sector: CE Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 06/05/2024 a 12/05/2024

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	06 mai	Sopa	Espinafres	Espinafres
		Prato	Peixe Cozido com Legumes e Ovo	Salada de Batata c/ Courgete, Bróculos e Ervilha
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	07 mai	Sopa	Agrião	Agrião
		Prato	Esparquete à Bolonhesa	Bolonhesa de Legumes
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	08 mai	Sopa	Caldo Verde	Caldo Verde
		Prato	Empadão de Atum	Empadão de Legumes
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	logurte	logurte
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	09 mai	Sopa	Nabiça	Nabiça
		Prato	Bifes no Tacho com Puré de Batata	Hamburgueres de Vegetais com Puré de Batata
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	10 mai	Sopa	Sopa do Campo	Sopa do Campo
		Prato	Bacalhau com Espinafres	Lazanha de Espinafres
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		