

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Secundária de Ponte de Sôr

Ano Escolar: 2023/2024

Sector: ESPS Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 08/04/2024 a 14/04/2024

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	08 abr	Sopa	Sopa da Avó	Sopa da Avó
		Prato	Douradinhos com Arroz de Ervilhas	Rissóis de Legumes com Arroz Primavera
		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	09 abr	Sopa	Feijão Verde	Feijão Verde
		Prato	Rancho	Rancho Vegetariano
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	logurte	logurte
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	10 abr	Sopa	Caldo Verde	Caldo Verde
		Prato	Salmão no Forno com Puré de Batata	Strogonoff de Cogumelos c/ 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		
Quinta-feira	11 abr	Sopa	Agrião	Agrião
		Prato	Empadão de Carnes	Empadão de Alho Francês e 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		
Sexta-feira	12 abr	Sopa	Creme de Coentros	Creme de Coentros
		Prato	Bacalhau à Bráz	Alho Francês à Bráz
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		