




AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DIOGO CÃO, Vila Real
EMENTA SEMANAL Nº 2 A – De 13 a 17 de novembro 2017

Segunda –feira

SOPA: Creme de cenoura c/ couve-flor

PRATO: Arroz de marisco   

SALADA/LEGUMES: Alface, cenoura e pimento vermelho

SOBREMESA: Laranja, maçã ou maçã assada

PÃO: Mistura embalado 

BEBIDA: Água

Terça-feira

SOPA: Couve lombarda

PRATO: Massa de feijão c/ bife de peru grelhado  

SALADA/LEGUMES: Alface, cenoura e milho doce

SOBREMESA: Maçã, pera ou kiwi

PÃO: De mistura embalado 

BEBIDA: Água

Quarta-feira

SOPA: Caldo verde

PRATO: Batata cozida c/ lombos de salmão confitado c/ crosta de broa 

SALADA/LEGUMES: Brócolos, cenoura, couve-flor ou feijão-verde

SOBREMESA: Maçã, clementina ou kiwi

PÃO: De mistura embalado 

BEBIDA: Água

Quinta-feira

SOPA: Couve coração c/ feijão vermelho

PRATO: Arroz branco c/ perna de porco assada fatiada

SALADA/LEGUMES: Tomate, cenoura e couve roxa ou beterraba

SOBREMESA: Maçã, pera ou laranja

PÃO: De mistura embalado 

BEBIDA: Água

Sexta-feira

SOPA: Espinafres

PRATO: Puré de batata e legumes c/ lulas estufadas    

SALADA/LEGUMES: Tomate, pepino e couve roxa

SOBREMESA: Maçã, kiwi ou iogurte 

PÃO: De mistura embalado 

BEBIDA: Água

- Nota: Ementa sujeita a alterações, sem aviso prévio e realizada conforme circular 3/DSEAS/DGE/2013
A ementa poderá conter alimentos susceptíveis de provocar alergias

Horário: 12,30 às 14 h – Preço: Alunos-1,46€; Esc. B-0,73€; Docentes/Não Docentes-4,10€ - Taxa adicional-0,30€



CONTIENE GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LACTEOS



FRUTOS DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS DE SÉSAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS



MOLUSCOS



ALTRAMUCES



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DIOGO CÃO, Vila Real

EMENTA SEMANAL Vegetariana Nº 8– De 13 a 17/11 2017

Segunda –feira

SOPA: Creme de cenoura e couve-flor

PRATO: Estufado de feijão vermelho (couve portuguesa, cenoura, cebola, tomate) e arroz branco

SALADA/LEGUMES: Alface, cenoura e pimento vermelho

SOBREMESA: Maçã, laranja ou maçã assada

PÃO: Mistura embalado

BEBIDA: Água

Terça-feira

SOPA: Couve lombarda

PRATO: Massada de grão-de-bico (couve lombarda, cenoura, curgete, tomate, abóbora e cebola)

SALADA/LEGUMES: Cenoura ripada, alface e milho

SOBREMESA: Maçã, pêra ou kiwi

PÃO: De mistura embalado

BEBIDA: Água

Quarta-feira

SOPA: Caldo verde

PRATO: Batata assada, migas de broa (couve-galega e curgete recheada c/cogumelos e cebola)

SALADA/LEGUMES: Salteado de brócolos, cenoura e couve-flor

SOBREMESA: Maçã, clementina ou kiwi

PÃO: De mistura embalado

BEBIDA: Água

Quinta-feira

SOPA: Couve coração c/ feijão vermelho

PRATO: Arroz de cenoura c/ pataniscas de legumes

SALADA/LEGUMES: tomate, cenoura e beterraba

SOBREMESA: Maçã, pêra ou laranja

PÃO: De mistura embalado

BEBIDA: Água

Sexta-feira

SOPA: Espinafres

PRATO: Empadão de legumes

SALADA/LEGUMES: Tomate, pepino e couve roxa

SOBREMESA: Maçã, banana ou kiwi

PÃO: De mistura embalado

BEBIDA: Água

- **Nota:** Ementa sujeita a alterações, sem aviso prévio e realizada conforme circular 3/DSEEAS/DGE/2013

A ementa poderá conter alimentos susceptíveis de provocar alergias

A Ementa Vegetariana – Disponível queijo fresco, ovo e queijo mozarella facultativo

Horário: 12,30 às 14 h – Preço: Alunos-1,46€; Esc. B-0,73€; Docentes/Não Docentes-4,10€ - Taxa adicional-0,30€



CONTIENE
GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LACTEOS



FRUTOS
DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS
DE SÊSAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE
Y SULFITOS



MOLUSCOS



ALTRAMUCES