



O Adjunto da Diretora

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DIOGO CÃO, Vila Real EMENTA SEMANAL Nº 3 – De 25 a 29 de setembro 2017

Segunda –feira

SOPA: À transmontana

PRATO: Esparguete à bolonhesa 

SALADA/LEGUMES: Cenoura, tomate e milho doce



SOBREMESA: Maçã, laranja ou kiwi

PÃO: Mistura embalado 

BEBIDA: Água

Terça-feira

SOPA: Grão-de-bico c/ couve lombarda

PRATO: Arroz de cenoura c/ filetes de pescada panados e fritos  

SALADA/LEGUMES: Alface, cenoura e couve roxa

SOBREMESA: Kiwi, maçã ou maçã assada

PÃO: De mistura embalado 

BEBIDA: Água

Quarta-feira

SOPA: Cebola e feijão-verde

PRATO: Feijoada c/ arroz branco

SALADA/LEGUMES: Alface, cenoura e milho doce


SOBREMESA: Clementina, maçã ou pera

PÃO: De mistura embalado 

BEBIDA: Água

Quinta-feira

SOPA: Creme de legumes

PRATO: Batata cozida c/ corvina grelhada 

SALADA/LEGUMES: Cenoura, brócolos, couve-flor ou feijão-verde

SOBREMESA: Maçã, kiwi ou aletria   

PÃO: De mistura embalado 

BEBIDA: Água

Sexta-feira

SOPA: Couve lombarda

PRATO: Arroz branco c/ coelho estufado

SALADA/LEGUMES: Alface, cenoura e pepino

SOBREMESA: Maçã, kiwi, morangos ou pera

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 SÊSAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE
Y SULFITOS



MOLUSCOS



ALTRAMUJES



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA

DGEstE


Direção Geral dos
Estabelecimentos Escolares

O Adjunto da Diretora

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DIOGO CÃO, Vila Real
EMENTA SEMANAL Vegetariana Nº 1 – De 25 a 29 de setembro 2013

Segunda –feira

SOPA: À transmontana

PRATO: Esparguete cozido c/ salteado de legumes (cogumelos, curgete, ervilhas e cenoura) 

SALADA/LEGUMES: tomate

SOBREMESA: Maçã, laranja ou kiwi

PÃO: Mistura embalado 

BEBIDA: Água

Terça-feira

SOPA: Grão-de-bico c/ couve lombarda

PRATO: Arroz de cenoura c/ curgete panado 

SALADA/LEGUMES: Alface, cenoura e couve roxa

SOBREMESA: Kiwi, maçã ou maçã assada

PÃO: De mistura embalado 

BEBIDA: Água

Quarta-feira

SOPA: Cebola e feijão-verde

PRATO: Feijoada vegetariana c/ arroz branco (feijão branco, cenoura, cebola abóbora e curgete)

SALADA/LEGUMES: Alface, cenoura e milho doce

SOBREMESA: Clementina, maçã ou pera

PÃO: De mistura embalado 

BEBIDA: Água

Quinta-feira

SOPA: Creme de legumes

PRATO: Salada de batata, grão, brócolos e cenoura

SALADA/LEGUMES: Alface e tomate

SOBREMESA: Maçã, kiwi ou aletria   

PÃO: De mistura embalado 

BEBIDA: Água

Sexta-feira

SOPA: Couve lombarda

PRATO: Arroz branco c/ervilhas estufadas c/ cenoura (ovo escalfado - facultativo)

SALADA/LEGUMES: Alface, cenoura e pepino

SOBREMESA: Maçã, kiwi ou banana

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

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