

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE BARRANCOS
COD. 135010

DIREÇÃO-GERAL DOS ESTABELECIMENTOS ESCOLARES
DIREÇÃO DE SERVIÇOS DA REGIÃO ALENTEJO

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

02 a 06 de novembro de 2015

2ª Feira	Sopa:	Legumes
	Prato:	Carne com tomate com arroz branco
	Salada:	Milho, agrião e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
3ª Feira	Sopa:	Espinafres
	Prato:	Peixe vermelho assado no forno com batata assada
	Salada:	Tomate, alface e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
4ª Feira	Sopa:	Abóbora
	Prato:	Arroz à Valenciana
	Salada:	Agrião, cebola e pepino
	Sobremesa:	Fruta da Época
5ª Feira	Sopa:	Creme de feijão
	Prato:	Bacalhau com natas
	Salada:	Alface, tomate e cenoura ralada
	Sobremesa:	Fruta da Época
6ª Feira	Sopa:	Alho-francês
	Prato:	Cozido de grão
	Salada:	Tomate, couve roxa e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!