

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE BARRANCOS
COD. 135010

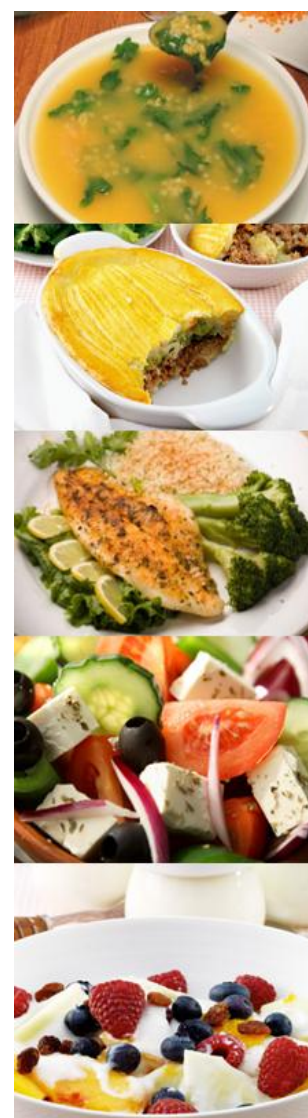
DIREÇÃO-GERAL DOS ESTABELECIMENTOS ESCOLARES
DIREÇÃO DE SERVIÇOS DA REGIÃO ALENTEJO

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

14 a 18 de dezembro de 2015

2ª Feira	Sopa:	Alho-francês
	Prato:	Bifes com natas e cogumelos, com batata
	Salada:	Alface, cebola e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época
3ª Feira	Sopa:	Abóbora
	Prato:	Meia-desfeita de bacalhau
	Salada:	Agrião, cenoura ralada e tomate
	Sobremesa:	Fruta da Época/gelatina
4ª Feira	Sopa:	Espinafres
	Prato:	Entrecosto assado com puré de batata
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
5ª Feira	Sopa:	Couve-flor
	Prato:	Pescada frita com arroz de feijão
	Salada:	Alface, tomate e couve-roxa
	Sobremesa:	Fruta da Época
6ª Feira	Sopa:	Coentros
	Prato:	Carne de porco à Alentejana
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!