

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE BARRANCOS
COD. 135010

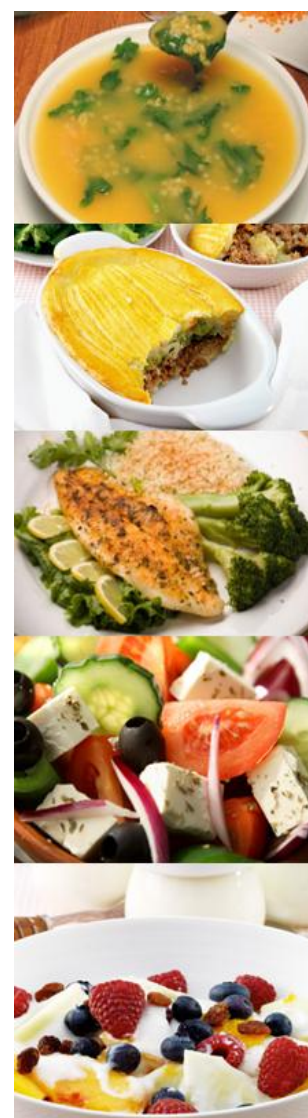
DIREÇÃO-GERAL DOS ESTABELECIMENTOS ESCOLARES
DIREÇÃO DE SERVIÇOS DA REGIÃO ALENTEJO

Alimentação Saudável Jovens Saudáveis

Ementa da Semana

5 a 9 de outubro de 2015

2ª Feira	Sopa:	Coentros
	Prato:	Entrecosto assado no forno com batata assada
	Salada:	Tomate, cenoura ralada e alface
	Sobremesa:	Fruta da Época
3ª Feira	Sopa:	Alho-francês
	Prato:	Arroz de Polvo
	Salada:	Tomate, alface e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
4ª Feira	Sopa:	Espinafres
	Prato:	Empadão de Carne
	Salada:	Tomate, couve-roxa e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época
5ª Feira	Sopa:	Agrião
	Prato:	Douradinhos no forno com arroz de feijão
	Salada:	Alface, tomate e cebola
	Sobremesa:	Fruta da Época/Gelatina
6ª Feira	Sopa:	Brócolos
	Prato:	Bifes de peru estufados com esparguete e ervilhas
	Salada:	Tomate, alface e cenoura ralada
	Sobremesa:	Fruta da Época



Bom Apetite!

Bon Appétit!

Enjoy Your Meal!

Buen Provecho!