



MUNICÍPIO DE BARRANCOS
Unidade de Ação Sociocultural

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE BARRANCOS

REFEITÓRIO ESCOLAR

EMENTA - Almoço

SEMANA DE 19 a 23 de dezembro de 2022

SEGUNDA-FEIRA

SOPA Base de legumes com espinafres

PRATO Bacalhau à Gomes de Sá (3, 4, 12V)

SALADA Salada de alface e tomate

SOBREMESA Fruta da época (maçã e laranja)

TERÇA-FEIRA

SOPA Creme de coentros

PRATO Arroz de frango (1)

SALADA Salada de alface, pimento e tomate

SOBREMESA Fruta da época (laranja e maçã)

QUARTA-FEIRA

SOPA Base de legumes com couve-flor

PRATO Massa cotovelinhos com atum e cogumelos (1, 4)

SALADA Salada de alface, cebola e tomate

SOBREMESA Gelatina ou fruta da época (banana e pera)

QUINTA-FEIRA

SOPA Base de legumes com feijão-verde

PRATO Rojões de carne de porco com esparguete (1)

SALADA Salada de alface e cenoura ralada

SOBREMESA Fruta da época (banana e laranja)

SEXTA-FEIRA

SOPA Base de legumes com agrião

PRATO Pescada frita com arroz de tomate (1, 4, 12V)

SALADA Salada de alface, tomate e pimento

SOBREMESA Fruta da época (pera)

EM TODAS AS REFEIÇÕES É DISPONIBILIZADO PÃO TIPO ALENTEJANO (1) E ÁGUA.

ALÉRGENIOS - Lista de alérgenos de acordo com Regulamento n.º 1169/2011: 1- Cereais que contém glúten; 2- Crustáceos; 3- Ovos; 4- Peixe; 5- Amendoim; 6- Soja; 7- Leite; 8- Frutos de casca rija; 9- Aipo; 10- Mostarda; 11- Sésamo; 12- Dióxido de enxofre e sulfitos; 13- Tremço; 14- Moluscos; *V pode conter VESTÍGIOS.

Elaborada por: Antónia Godinho, em colaboração com a UASC.

Obs: Ementa sujeita a alterações.