



MUNICÍPIO DE BARRANCOS
Unidade de Ação Sociocultural

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE BARRANCOS

REFEITÓRIO ESCOLAR

EMENTA - Almoço

SEMANA DE 05 a 9 de dezembro de 2022

SEGUNDA-FEIRA

SOPA Base de legumes com espinafres

PRATO Feijão com enchidos e cogumelos (12V)

SALADA Salada de alface e tomate

SOBREMESA Fruta da época (maçã e laranja)

TERÇA-FEIRA

SOPA Base de legumes com feijão-verde

PRATO Arroz de Polvo (1, 12V, 14)

SALADA Salada de alface e cenoura ralada

SOBREMESA Fruta da época (laranja e banana)

QUARTA-FEIRA

SOPA Base de legumes com agrião

PRATO Entrecosto no forno com batatinhas assadas (12V)

SALADA Salada de alface, cebola e tomate

SOBREMESA Gelatina ou fruta da época (banana)

QUINTA-FEIRA

SOPA

PRATO **Feriado - Dia da Imaculada Conceição**

SALADA

SOBREMESA

SEXTA-FEIRA

SOPA Base de legumes com alho francês

PRATO Bacalhau no forno com legumes (12V)

SALADA Salada de alface, tomate e pimento

SOBREMESA Fruta da época (pera e laranja)

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 rijã; 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.