

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	21 nov	Sopa	Abóbora	Abóbora
		Prato	Novho estufado c/ esparguete cozido	Soja Estufada c/ Esparguete Cozido
		Vegetais	Alface, Tomate, Pepino	Alface, Tomate, Pepino
		Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico	31 Kcal	
Alergénicos	Farinha	Farinha		
Terça-feira	22 nov	Sopa		Agrão e feijão branco
		Prato		Pescada Estufada c/ Batata Cozida
		Vegetais		Alface, Tomate, Cenoura
		Sobremesa		Morango, Maçã, Pera
		Pão		Pão Mistura
		V. Calórico		34 Kcal
Alergénicos		Farinha		
Quarta-feira	23 nov	Sopa		Creme de Cenoura
		Prato	Frango Assado c/ Arroz de Cenoura	Legumes assados no forno
		Vegetais	Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
		Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico		
Alergénicos	Farinha	Farinha		
Quinta-feira	24 nov	Sopa		Alio-francês
		Prato		Massa Gratinada c/ Alim e Ovo
		Vegetais		Alface, Tomate, Pepino
		Sobremesa		Melão, Maçã, Pera
		Pão		Pão Mistura
		V. Calórico		32 Kcal
Alergénicos		Farinha		
Sexta-feira	25 nov	Sopa		Brócolos
		Prato	Bife c/ Cogumelos e Batata Frita	Soja c/ Cogumelos e Batata Frita
		Vegetais	Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
		Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico		34 Kcal
Alergénicos	Farinha	Farinha		

Mogadouro, 14 de Outubro de 2022

A Diretora do A.E. Mogadouro

  
Isabel Fidalgo

Pelo Município de Mogadouro

  
[Assinatura]

Notas:

- Ementas elaboradas de acordo com o Despacho N.º 8127/2021, de 17 de agosto; Circular n.º 3097/DEF/2018 e pela Lei n.º 11/2017 de 17 de abril
- Responsável pela implementação do