

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 24 out	Sopa	Legumes		Legumes
	Prato	Rancho (Vieira e porco)		Rancho de Soja
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Terça-feira 25 out	Sopa		Agrão e feijão branco	Agrão e feijão branco
	Prato		Salada c/ atum e ovo (Batata, cenoura, e feijão verde)	Ratatouille
	Vegetais		Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa		Banana, Maçã, Pera	Banana, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		34 Kcal	34 Kcal
	Alergénicos		Farinha	Farinha
Quarta-feira 26 out	Sopa	Creme de Cenoura		Creme de Cenoura
	Prato	Aroz à Valenciana		Paella Vegetariana
	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 27 out	Sopa		Canja	Canja
	Prato		Caldeirada de chocos	Caldeirada de Soja c/ vegetais
	Vegetais		Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa		Mousse de Chocolate, Maçã, Pera	Mousse de Chocolate / Maçã / Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		47 Kcal	47 Kcal
	Alergénicos		Contém glúten e pode conter ovos, Farinha	Contém glúten e pode conter ovos, Farinha
Sexta-feira 28 out	Sopa	Caldo Verde		Caldo Verde
	Prato	Lombo assado c/ esparguete cozido		Bife de seitan no fimo c/ arroz de cenoura
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Abacaxi, Maçã, Pera		Abacaxi, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Farinha		Farinha

Mogadouro, 16 de Outubro de 2022

A Diretora do A.E. Mogadouro

Pelo Município de Mogadouro

*[Assinatura]*

*[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