

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Mogadouro

Ano Escolar: 2023/2024

Setor: Refetório Município-Básica Mogadouro

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 18-09-2023 a 24-09-2023

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 18 set	Sopa	Legumes e feijão		Legumes e feijão
	Prato	Almôndegas estufadas com massa		Feijão vermelho e legumes salteados com arroz de cenoura
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		Fruta da época (3 variedades)
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	403 Kcal		656 Kcal
	Alergénicos	Glúten; Ovos; Soja; Aipo; Dióxido de enxofre e sulfatos		Glúten, Ovos, Dióxido de enxofre e sulfatos
Terça-feira 19 set	Sopa		Carja	Brócolos
	Prato		Filetes de pescada panados com arroz de grão de bico	Beringela recheada com arroz de grão de bico
	Vegetais		Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa		Fruta da época (3 variedades) /Mousse	Fruta da época (3 variedades) /Mousse
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		453 Kcal	285 Kcal
	Alergénicos		Glúten; Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfatos	Leite; Dióxido de enxofre e sulfatos
Quarta-feira 20 set	Sopa	Creme de cenoura		Creme de Cenoura
	Prato	Jardineira de porco		Jardineira de tofu
	Vegetais	Alface, Pimento e Tomate		Alface, Pimento e Tomate
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		Fruta da época (3 variedades)
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	331 Kcal		279 Kcal
	Alergénicos	Dióxido de enxofre e sulfatos		Glúten; Amendins; Soja; Frutos de casca rija; Aipo; Mostarda; Sementes de sésamo
Quinta-feira 21 set	Sopa		Repolho com chuchu	Repolho com chuchu
	Prato		Calamares com arroz de cenoura	Soja estufada com arroz de cenoura
	Vegetais		Alface cenoura e pimento	Alface cenoura e pimento
	Sobremesa		Fruta da época (3 variedades)	Fruta da época (3 variedades)
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		514 Kcal	434 Kcal
	Alergénicos		Glúten; Crustáceos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfatos; Moluscos	Glúten; Ovos; Soja; Leite; Frutos de casca rija; Sementes de sésamo; Dióxido de enxofre e sulfatos
Sexta-feira 22 set	Sopa	Couve-flor		Couve-flor
	Prato	Massa de frango		Massa de tomate com cogumelos e couve flor
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		Fruta da época (3 variedades)
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	344 Kcal		196 Kcal
	Alergénicos	Glúten; Ovos		Glúten; Ovos; Dióxido de enxofre e sulfatos

Mogadouro, 6 de Setembro de 2023

A Diretora do A. E. Mogadouro

Pelo Município de Mogadouro

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 sistema HACCP e Alergénios, de acordo com o Reg. (CE) 852/2004, de 29 de abril; Reg. (CE) 1169/2011, de 25 de outubro e Decreto-Lei n.º 26/2016, de 9 de junho - Eng.º Ricardo Oliveira

A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgicos: 1 – Cereais que contêm glúten; 2 – Crustáceos; 3 – Ovos; 4 – Peixe; 5 – Amendins; 6 – Soja; 7 – Leite; 8 – Frutos de casca rija; 9 – Aipo; 10 – Mostarda; 11 – Sementes de sésamo; 12 – Dióxido de enxofre e sulfatos; 13 – Tremeços; 14 – Moluscos. - A refeição vegetariana é servida diariamente apenas aos alunos que a solicitem (mediante pedido do Encarregado de Educação).

- O lanche é fornecido diariamente aos alunos do pré-escolar.

-A refeição inclui um pão de mistura. A ementa pode sofrer alterações por motivos operacionais.

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Mogadouro

Ano Escolar: 2023/2024

Setor: Refetório Município-Básica Mogadouro

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 18-09-2023 a 24-09-2023

		Carne	Peixe	Vegetariano
Sexta-feira 22 set	Sopa	Couve-flor		Couve-flor
	Prato	Massa de frango		Massa de tomate com cogumelos e couve flor
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		Fruta da época (3 variedades)
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	344 Kcal		196 Kcal
	Alergénicos	Glúten; Ovos		Glúten; Ovos; Dióxido de enxofre e sulfitos

Mogadouro, 6 de Setembro de 2023

A Diretora do A. E. Mogadouro



Pelo Município de Mogadouro



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 sistema HACCP e Alergénicos, de acordo com o Reg. (CE) 852/2004, de 29 de abril; Reg. (CE) 1169/2011, de 25 de outubro e Decreto-Lei n.º 26/2016, de 9 de junho - Eng.º Ricardo Oliveira

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénicos: 1 – Cereais que contêm glúten; 2 – Crustáceos; 3 – Ovos; 4 – Peixe; 5 – Amendoins; 6 – Soja; 7 – Leite; 8 – Frutos de casca rija; 9 – Aipo; 10 – Mostarda; 11 – Sementes de sésamo; 12 – Dióxido de enxofre e sulfitos; 13 – Tremeços; 14 – Moluscos. - A refeição vegetariana é servida diariamente apenas aos alunos que a solicitarem (mediante pedido do Encarregado de Educação).

- O lanche é fornecido diariamente aos alunos do pré-escolar.

-A refeição inclui um pão de mistura. A ementa pode sofrer alterações por motivos operacionais.