

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Mogadouro

Ano Escolar: 2023/2024

Setor: Refetório Município-Básica Mogadouro

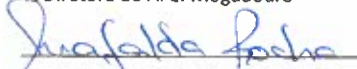
Tipo Refeição: Almoço

Semana: 02-10-2023 a 08-10-2023

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	02 out	Sopa	Legumes e feijão	Legumes e feijão
		Prato	Massa à bolonhesa	Beringela recheada com massa de tomate
		Vegetais	Alface, tomate e pimentos	Alface, tomate e pimentos
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico	319 Kcal	257 Kcal
		Alergénicos	Glúten; Ovos; Dióxido de enxofre e sulfitos	Glúten; Ovos; Dióxido de enxofre e sulfitos
Terça-feira	03 out	Sopa	Canja	Brócolos
		Prato	Bacalhau à brás	Seitan no forno com arroz de feijão
		Vegetais	alface, cenoura e pimento	alface, cenoura e pimento
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades) Pudim	Fruta da época (3 variedades) Pudim
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico	293 Kcal	265 Kcal
		Alergénicos	Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos	Glúten; Soja; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quarta-feira	04 out	Sopa	Couve-flor	Couve-flor
		Prato	Frango assado no fomo com arroz branco	Soja estufada com batata cozida
		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	501 Kcal	386 Kcal
		Alergénicos	Dióxido de enxofre e sulfitos	Glúten; Soja; Frutos de casca rija; Sementes de sésamo; Dióxido de enxofre e sulfitos
Sexta-feira	06 out	Sopa	Creme de cenoura	Creme de Cenoura
		Prato	Croquetes no forno com arroz de ervilhas	Strogonoff de soja com arroz de ervilha
		Vegetais	Alface, tomate e pimentos	Alface, tomate e pimentos
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico	371 Kcal	638 Kcal
		Alergénicos	Glúten; Soja; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos	Glúten; Soja; Leite; Frutos de casca rija; Sementes de sésamo; 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 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 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 – Tremoços; 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.