

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Mogadouro

Ano Escolar: 2023/2024

Setor: Refeitório Município-Básica Mogadouro

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 09-10-2023 a 15-10-2023

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	09 out	Sopa	Couve lombarda	Couve lombarda
		Prato	Massa com atum	Massa gratinada com legumes e lentilhas
		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	351 Kcal	475 Kcal
		Alergénicos	Glúten; Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos	Glúten; Ovos; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos
Terça-feira	10 out	Sopa	Feijão Verde	Feijão-verde
		Prato	Fevras de porco estufadas com batata cozida	Seitan estufado 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	378 Kcal	279 Kcal
		Alergénicos	Dióxido de enxofre e sulfitos	Glúten; Soja; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quarta-feira	11 out	Sopa	Couve-coração	Couve-coração
		Prato	Medalhões de pescada no forno com arroz de cenoura	Tofu no forno com arroz de cenoura
		Vegetais	Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades) Pudim flan	Fruta da época (3 variedades) Pudim flan
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico	266 Kcal	301 Kcal
		Alergénicos	Crustáceos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos; Moluscos	Glúten; Amendoins; Soja; Frutos de casca rija; Aipo; Mostarda; Sementes de sésamo; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quinta-feira	12 out	Sopa	Creme de Cenoura	Creme de cenoura
		Prato	Bife de peru grelhado com massa e molho de tomate	Massa com soja e legumes
		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	258 Kcal	406 Kcal
		Alergénicos	Glúten; Ovos; Dióxido de enxofre e sulfitos	Glúten; Soja; Frutos de casca rija; Sementes de sésamo; Dióxido de enxofre e sulfitos

Mogadouro, 06 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 – 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.



EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Mogadouro

Ano Escolar: 2023/2024

Sector: Refeitório Município-Básica Mogadouro

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 09-10-2023 a 15-10-2023

		Carne	Peixe	Vegetariano
Sexta-feira 13 out	Sopa		Chuchu com ervilha	Chuchu com ervilha
	Prato		Salada russa (feijão verde, alúv, ovo e batata)	Caldeirada de seitan
	Vegetais		alface, cenoura e pimento	alface, cenoura e pimento
	Sobremesa		Frua da época (3 variedades)	Frua da época (3 variedades)
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		460 Kcal	311 Kcal
	Alergénicos		Crustáceos; Ovos; Peixes; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos	Glúten; Soja; Dióxido de enxofre e sulfitos

Mogadouro, 6 de Setembro de 2023

A Diretora do A. E. Mogadouro

*Luísa do Rocha*

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.º11/2017 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.