

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Mogadouro

Ano Escolar: 2023/2024

Setor: Refeitório Município-Básica Mogadouro

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 27-11-2023 a 03-12-2023

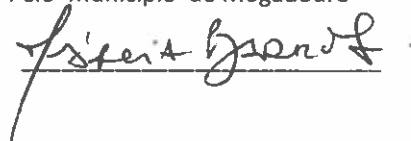
		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 27 nov	Sopa		Creme de legumes	Creme de legumes
	Prato		Filetes de pescada panados no forno com arroz de feijão vermelho	Seitan no forno com arroz de feijão vermelho
	Vegetais		Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa		Fruta da época (3 variedades)	Fruta da época (3 variedades)
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		411 Kcal	408 Kcal
	Alergénicos		Glúten, Ovos, Peixes; Soja, Dióxido de enxofre e sulfitos, Tremeço	Glúten; Soja; Dióxido de enxofre e sulfitos, Tremeço
Terça-feira 28 nov	Sopa	Abóbora		Abóbora
	Prato	Massa à lavrador		Massa de legumes gratinada
	Vegetais	Alface, tomate e pimentos		Alface, Pimento e Tomate
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		Fruta da época (3 variedades)
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	398 Kcal		522 Kcal
	Alergénicos	Glúten; Ovos; Soja; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremeço		Soja; Frutos de casca rija; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quarta-feira 29 nov	Sopa		Espinafres c/ Grão-de-Bico	Espinafres c/ Grão-de-Bico
	Prato		Bacalhau à gomes sã	Jardineira de Soja
	Vegetais		alface, cenoura e pimento	alface, cenoura e pimento
	Sobremesa		Fruta da época (3 variedades)/Sobremesa doce	Fruta da época (3 variedades)/Sobremesa doce
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		293 Kcal	431 Kcal
	Alergénicos		Glúten; Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos	Glúten, Amendoins; Soja; Frutos de casca rija; Mostarda; Sementes de sésamo; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quinta-feira 30 nov	Sopa	Feijão Verde		Feijão Verde
	Prato	Stroganoff de peru com arroz branco		Soja com cogumelos e arroz de tomate
	Vegetais	Alface, Pepino, Rúcula		Alface, Pepino, Rúcula
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		Fruta da época (3 variedades)
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	320 Kcal		256 Kcal
	Alergénicos	Glúten; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos		Glúten; Soja; Frutos de casca rija; Sementes de sésamo; Dióxido de enxofre e sulfitos

Mogadouro, 20 de novem 20 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 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.

