



EMENTAS CBEI



EMENTA SEMANAL

Agrupamento de
Escolas Alves Redol

Ementa de 14 de junho a 18 de junho de 2021		
2ª Feira	Sopa	Creme de Abóbora
	Prato	Bifanas grelhadas com massa espiral e salada
	Dieta	Bife de frango grelhado com massa espiral
	Vegetariana	Tofu grelhado com legumes salteados
	Sobremesa	Fruta
3ª Feira	Sopa	Agrião
	Prato	Filetes de panga no forno com arroz de ervilhas e salada
	Dieta	Peixe grelhado com batata cozida e salada
	Vegetariana	Arroz primavera (ervilhas, milho e cenoura) com cogumelos e sultanas
	Sobremesa	Fruta ou doce
4ª Feira	Sopa	Legumes
	Prato	Cubinhos de porco estufados com puré de batata e salada
	Dieta	Bife de peru grelhado com arroz branco e salada
	Vegetariana	Soja estufada com mistura de legumes
	Sobremesa	Fruta
5ª Feira	Sopa	Feijão-verde
	Prato	Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão e salada
	Dieta	Peixe cozido com batata cozida e brócolos
	Vegetariana	Massada de feijão catarino com alho-francês e repolho
	Sobremesa	Fruta ou doce
6ª Feira	Sopa	Creme de cenoura
	Prato	Macarronete de legumes com salsichas e cogumelos
	Dieta	Frango cozido com arroz branco
	Vegetariana	Hambúrguer de soja com arroz e couve coração salteada
	Sobremesa	Fruta

As refeições poderão conter: cereais com glúten, crustáceos, ovo, peixe, amendoins, soja, leites/lactose, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, sulfitos, tremço e moluscos.

Salientamos que por razões de ordem imprevista as ementas poderão sofrer alterações.

Os Serviços de Refeição