

		Carne	Peixe	Vegetariano
Terça-feira	03 jan	Sopa	Agrião e feijão branco	Agrião e feijão branco
		Prato	Massa Gratinada c/ Atum e Ovo	Massa Vegetariana
		Vegetais	Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
		Sobremesa	Banana, Maçã, Pera	Banana, Maçã, Pera
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico	34 Kcal	34 Kcal
		Alergénicos	Farinha	Farinha
Quarta-feira	04 jan	Sopa	Creme de Cenoura	Creme de Cenoura
		Prato	Bifes de peru panados c/ arroz de cenoura	Seitan assado c/ arroz de cenoura
		Vegetais	Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
		Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos	Farinha	Farinha
Quinta-feira	05 jan	Sopa	Juliana	Juliana
		Prato	Bacalhau à brás	Legumes à brás
		Vegetais	Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
		Sobremesa	Banana, Maçã, Pera	Clementina, maçã, pêra
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico	117 Kcal	85 Kcal
		Alergénicos	Ovos, peixe, crustáceos e moluscos, Farinha	ovos, Farinha
Sexta-feira	06 jan	Sopa	Canja	Sopa de massinhas
		Prato	Massa c/ Frango	Massa c/ Soja
		Vegetais	Alface, Tomate, Pepino	Alface, Tomate, Pepino
		Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico	47 Kcal	
		Alergénicos	Contém glúten e pode conter ovos, Farinha	Soja, Farinha

Mogadouro, 27 de dezembro de 2022

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

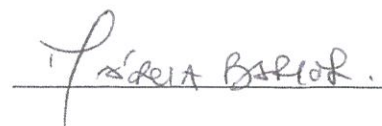
		Carne	Peixe	Vegetariano	
Segunda-feira	09 jan	Sopa	Legumes	Legumes	
		Prato	Massa à Bolonhesa	Massa à Bolonhesa c/ Soja	
		Vegetais	Alface, tomate, rúcula	Alface, Tomate, Rúcula	
		Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera	
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos	Leite, Farinha		Soja, Farinha
Terça-feira	10 jan	Sopa		Espinafres c/ Grão de Bico	
		Prato		Espinafres c/ Grão de Bico	
		Vegetais		Maruca Assada C/ Batata Assada	Seitan no Forno c/ Batata Assada
		Sobremesa		Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
		Pão		Banana, Maçã, Pera	Banana, Maçã, Pera
		V. Calórico		Pão Mistura	Pão Mistura
		Alergénicos		Farinha	Farinha
Quarta-feira	11 jan	Sopa	Creme de Legumes	Creme de Legumes	
		Prato	Lombo de porco no fomo c/ arroz de ervilhas	Legumes assados c/ arroz de ervilhas	
		Vegetais	Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa	
		Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera	
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos	Farinha		Farinha
Quinta-feira	12 jan	Sopa		Canja	
		Prato		Massa gratinada c/ lombinhos de pescada	Sopa de massinhas
		Vegetais		Alface, Tomate, Cenoura	Massada gratinada c/ legumes
		Sobremesa		Gelatina, Maçã, Pera	Alface, Tomate, Cenoura
		Pão		Pão Mistura	Gelatina, Maçã, Pera
		V. Calórico		47 Kcal	Pão Mistura
		Alergénicos		Contém glúten e pode conter ovos, Farinha	Farinha
Sexta-feira	13 jan	Sopa	Creme de Cenoura	Creme de Cenoura	
		Prato	Frango Fricassé c/ Purê de Batata	Soja Fricassé c/ Purê de Batata	
		Vegetais	Alface, Tomate, Pepino	Alface, Tomate, Pepino	
		Sobremesa	Clementina, maçã, pêra	Clementina, maçã, pêra	
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos	Farinha		Soja, Leite, Farinha

Mogadouro, 27 de dezembro de 2023

A Diretora do A. E. Mogadouro




Pelo Município de Mogadouro



Notas:

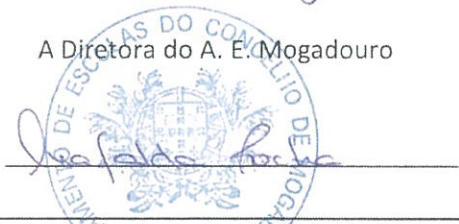
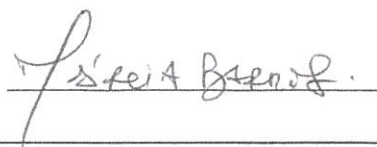
- Ementas elaboradas de acordo com o Despacho N.º 8127/2021, de 17 de agosto; Circular n.º 3097/DEF/2018 e pela Lei n.º 11/2017 de 17 de abril
- Responsável pela implementação do sistema HACCP e Alergénios, de acordo com o Reg. (CE) 852/2004, de 29 de abril; Reg. (CE) 1169/2011, de 25

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 16 jan	Sopa	Legumes		Legumes
	Prato	Bife de peru c/ batata frita		Soja Estufada c/ Batata Cozida
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Terça-feira 17 jan	Sopa		Abóbora	Abóbora
	Prato		Jacobs no Forno c/ Arroz de Grão de Bico	Tofu Panado c/ Arroz de Grão de Bico
	Vegetais		Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa		Banana, Maçã, Pera	Banana, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos		Farinha	Farinha
Quarta-feira 18 jan	Sopa	Couve lombarda c/ feijão catarino		Couve lombarda c/ feijão catarino
	Prato	Massa Gratinada c/ Bacon		Massa Gratinada c/ Seitan
	Vegetais	Alface, Tomate, Couve Roxa		Alface, Tomate, Couve Roxa
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	672 Kcal		
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Quinta-feira 19 jan	Sopa		Creme de Cenoura	Creme de Cenoura
	Prato		Bacalhau C/ Natas	Legumes c/ natas no Forno
	Vegetais		Alface, tomate, rúcula	Alface, tomate, rúcula
	Sobremesa		Clementina, maçã, pera	Clementina, maçã, pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos		Leite, Farinha	Farinha
Sexta-feira 20 jan	Sopa	Canja		Sopa de massinhas
	Prato	Frango Assado c/ Arroz de Cenoura		Legumes assados no forno
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	47 Kcal		
	Alergénicos	Contém glúten e pode conter ovos, Farinha		Farinha

Mogadouro, 27 de dezembro de 2022

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

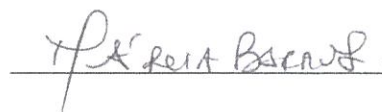
		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	23 jan	Sopa	Abóbora	Abóbora
		Prato	Macarrão à bolonesa	Rancho Vegetariano
		Vegetais	Alface, Tomate, Pepino	Alface, Tomate, Pepino
		Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos	Farinha	Farinha
Terça-feira	24 jan	Sopa	Agrião e feijão branco	Agrião e feijão branco
		Prato	Pescada Estufada c/ Batata Cozida	Salteado de Legumes c/ Feijão Preto
		Vegetais	Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
		Sobremesa	Gelatina, Maçã, Pera	Gelatina, Maçã, Pera
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico	34 Kcal	34 Kcal
		Alergénicos	Farinha	Farinha
Quarta-feira	25 jan	Sopa	Creme de Cenoura	Creme de Cenoura
		Prato	Arroz c/ Frango	Paella Vegetariana
		Vegetais	Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
		Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos	Farinha	Farinha
Quinta-feira	26 jan	Sopa	Alho-francês	Alho-francês
		Prato	Massa gratinada c/ lombinhos de pescada	Massa de legumes gratinada
		Vegetais	Alface, Tomate, Pepino	Alface, Tomate, Pepino
		Sobremesa	Ananás, Maçã, Pera	Banana, Maçã, Pera
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico	32 Kcal	32 Kcal
		Alergénicos	Farinha	Farinha
Sexta-feira	27 jan	Sopa	Brócolos	Brócolos
		Prato	Bifinhos c/ cogumelos e batatas fritas	Soja c/ Cogumelos e Batata Frita
		Vegetais	Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
		Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
		Pão		Pão Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		Farinha

Mogadouro, 27 de dezanove de 2022

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

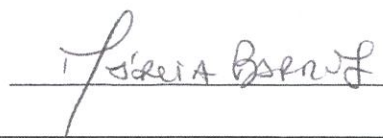
		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 30 jan	Sopa	Abóbora		Abóbora
	Prato	Novho estufado c/ esparguete cozido		Soja Cozida c/ Esparguete Cozido
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Terça-feira 31 jan	Sopa		Agrião e feijão branco	Agrião e feijão branco
	Prato		Filetes de pescada no forno c/ arroz de cenoura	Tofu panado c/ arroz de cenoura
	Vegetais		Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa		Morango, Maçã, Pera	Morango, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		34 Kcal	34 Kcal
	Alergénicos		Farinha	Farinha
Quarta-feira 01 fev	Sopa	Creme de Cenoura		Creme de Cenoura
	Prato	Carne de porco à alentejana/ à portuguesa		Seitan à Alentejana
	Vegetais	Alface, Tomate, Couve Roxa		Alface, Tomate, Couve Roxa
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Quinta-feira 02 fev	Sopa		Canja	Sopa de massinhas
	Prato		Abrótea Frita c/ Arroz de Feijão Seco	Tofu Marinado c/ Arroz de Feijão Seco
	Vegetais		Alface, Tomate, Pepino	Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa		Gelatina, Maçã, Pera	Gelatina, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		47 Kcal	
	Alergénicos		Contém glúten e pode conter ovos, Peixe, Farinha	Farinha
Sexta-feira 03 fev	Sopa	Espnafre		Espnafre
	Prato	Macaronete de frango		Macaronete de soja
	Vegetais	Alface, Tomate, Couve Roxa		Alface, Tomate, Couve Roxa
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Farinha		Farinha

Mogadouro, 27 de agosto de 2022.

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

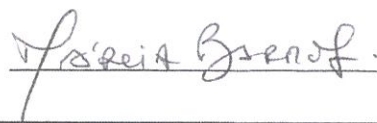
		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 06 fev	Sopa	Legumes		Legumes
	Prato	Massa à Bolonhesa		Massa à Bolonhesa c/ Soja
	Vegetais	Alface, tomate, rúcula		Alface, Pepino, Rúcula
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Leite, Farinha		Soja, Farinha
Terça-feira 07 fev	Sopa		Juliana	Juliana
	Prato		Bacalhau C/ Natas	Tofu no forno
	Vegetais		Alface, Tomate, Pepino	Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa		Abacaxi, Maçã, Pera	Abacaxi, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Leite, Farinha		Farinha
Quarta-feira 08 fev	Sopa	Creme de Legumes		Creme de Legumes
	Prato	Lombo de Porco Assado c/ Arroz de Cenoura		Seitan Panado c/ Arroz de Cenoura
	Vegetais	Alface, Tomate, Couve Roxa		Alface, Tomate, Couve Roxa
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Quinta-feira 09 fev	Sopa		Canja	Sopa de massinhas
	Prato		Massa Gratinada c/ Atum e Ovo	Massa de tofu gratinada
	Vegetais		Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa		Gelatina, Maçã, Pera	Gelatina, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		47 Kcal	
	Alergénicos		Contém glúten e pode conter ovos, Farinha	Farinha
Sexta-feira 10 fev	Sopa	Feijão-verde		Feijão Verde
	Prato	Frango Estufado c/ Batata Cozida		Soja Estufada c/ Batata Cozida
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	29 Kcal		34 Kcal
	Alergénicos	Farinha		Farinha

Mogadouro, 27 de dezembro de 2022

A Diretora do A. E. Mogadouro

Pelo Município de Mogadouro


Inês da Rocha


José Maria B. B. B.

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

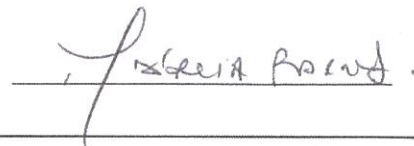
		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 13 fev	Sopa	Repolho		Repolho
	Prato	Jardineira		Jardineira de Soja
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Terça-feira 14 fev	Sopa		Juliana	Juliana
	Prato		Douradinhos c/ Arroz de Feijão Seco	Tofu Panado c/ Arroz de Feijão Seco
	Vegetais		Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa		Mousse de Chocolate / Maçã / Pera	Mousse de Chocolate / Maçã / Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos		Farinha	Farinha
Quarta-feira 15 fev	Sopa	Couve lombarda c/ feijão catarino		Couve lombarda c/ feijão catarino
	Prato	Lasanha		Lasanha c/ vegetais
	Vegetais	Alface, Tomate, Cenoura		Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Leite, Farinha		Farinha
Quinta-feira 16 fev	Sopa		Creme de Cenoura	Couve lombarda c/ feijão catarino
	Prato		Bacalhau à brás	Lasanha c/ vegetais
	Vegetais		Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa		Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		117 Kcal	
	Alergénicos		Ovos, peixe, crustáceos e moluscos, Farinha	Farinha
Sexta-feira 17 fev	Sopa	Feijão-verde		Feijão Verde
	Prato	Frango assado c/ arroz de ervilhas		Cogumelos salteados c/ Arroz de Ervilhas
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	29 Kcal		34 Kcal
	Alergénicos	Farinha		Farinha

Mogadouro, 27 de dezenbro de 2022

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



		Carne	Peixe	Vegetariano
Quinta-feira 23 fev	Sopa	Alho-francês		Alho-francês
	Prato	Massa c/ Frango		Massa de legumes gratinada
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Banana, Maçã, Pera		Banana/maçã/pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	32 Kcal		32 Kcal
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Sexta-feira 24 fev	Sopa		Brócolos	Brócolos
	Prato		Douradinhos c/ arroz de tomate	Soja c/ cogumelos e arroz de grão de bico
	Vegetais		Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
	Sobremesa		Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		34 Kcal	34 Kcal
	Alergénicos		Farinha	Farinha

Mogadouro, 27 de dezembro de 2022

A Diretora do A. E. Mogadouro



Pelo Município de Mogadouro

Isabel Bentes

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



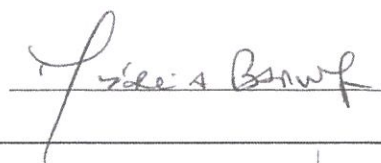
		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 27 fev	Sopa		Abóbora	Abóbora
	Prato		Salada de Atum e Ovo	Salada com vegetais
	Vegetais		Alface, Tomate, Pepino	Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa		Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico			31 Kcal
	Alergénicos		Farinha	Farinha
Terça-feira 28 fev	Sopa	Agrião e feijão branco		Agrião e feijão branco
	Prato	Massa à Bolonesa		Salteado de Legumes c/ Feijão Preto
	Vegetais	Alface, Tomate, Cenoura		Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa	Gelatina, Maçã, Pera		Morango, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		
	V. Calórico	34 Kcal		34 Kcal
	Alergénicos	Leite, Farinha		
Quarta-feira 01 mar	Sopa		Creme de Cenoura	Creme de Cenoura
	Prato		Abrótea no forno c/ arroz de grão de bico	Legumes assados no forno
	Vegetais		Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
	Sobremesa		Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos		Farinha	Farinha
Quinta-feira 02 mar	Sopa	Alho-francês		Alho-francês
	Prato	Bifinhos c/ cogumelos e batatas fritas		Soja c/ Cogumelos e Batata Frita
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	32 Kcal		32 Kcal
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Sexta-feira 03 mar	Sopa		Brócolos	Brócolos
	Prato		Massa gratinada c/ lombinhos de pescada	Massa c/ Tofu
	Vegetais		Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
	Sobremesa		Banana, Maçã, Pera	Banana, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	
	V. Calórico		34 Kcal	34 Kcal
	Alergénicos		Farinha	

Mogadouro, 27 de dezembro de 2022

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

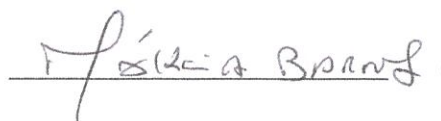
		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 06 mar	Sopa		Repolho	Repolho
	Prato		Douradinhos no Forno c/ Arroz de Feijão Seco	Tofu Panado c/ Arroz de Feijão Seco
	Vegetais		Alface, Tomate, Pepino	Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa		Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos		Farinha	Farinha
Terça-feira 07 mar	Sopa	Chuchu c/ abóbora		Chuchu c/ abóbora
	Prato	Lasanha		Lasanha c/ Soja
	Vegetais	Alface, Tomate, Cenoura		Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa	Clementina, maçã, pera		Clementina, maçã, pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Leite, Farinha		Farinha
Quarta-feira 08 mar	Sopa		Canja	Sopa de massinhas
	Prato		Maruca assada c/ batata no forno	Beringela no forno c/ batata no forno
	Vegetais		Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
	Sobremesa		Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		47 Kcal	
	Alergénicos		Contém glúten e pode conter ovos, Farinha	Farinha
Quinta-feira 09 mar	Sopa	Creme de Legumes		Creme de Legumes
	Prato	Bifes de peru panados c/ arroz de cenoura		Massa de legumes gratinada
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Sexta-feira 10 mar	Sopa		Couve Lombarda e Feijão Catarino	Couve Lombarda e Feijão Catarino
	Prato		Bacalhau à brás	Legumes à brás
	Vegetais		Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa		Abacaxi, Maçã, Pera	Abacaxi, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		117 Kcal	85 Kcal
	Alergénicos		Ovos, peixe, crustáceos e moluscos, Farinha	ovos, Farinha

Mogadouro, 27 de dezembro de 2022.

A Diretora do A. E. Mogadouro

Pelo Município de Mogadouro


Inês Rocha


Inês Rocha

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

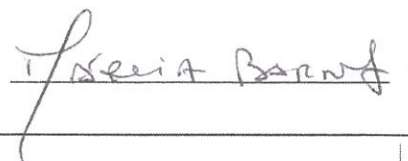
		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 13 mar	Sopa		Abóbora	Abóbora
	Prato		Salada de Atum e Ovo	Salada C/ legumes
	Vegetais		Alface, Tomate, Pepino	Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa		Banana, Maçã, Pera	Banana/maçã/pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos		Farinha	Farinha
Terça-feira 14 mar	Sopa	Agrião e feijão branco		Agrião e feijão branco
	Prato	Frango Estufado c/ Esparguete Cozido		Soja Estufada c/ Esparguete Cozido
	Vegetais	Alface, Tomate, Cenoura		Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão de trigo
	V. Calórico	34 Kcal		77 Kcal
	Alergénicos	Farinha		Contém glúten
Quarta-feira 15 mar	Sopa		Canja	Sopa de massinhas
	Prato		Filetes panados no fimo c/ arroz de grão de bico e cenoura	Tofu Panado c/ Arroz de Grão de Bico
	Vegetais		Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
	Sobremesa		Banana, Maçã, Pera	Banana, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		47 Kcal	
	Alergénicos		Contém glúten e pode conter ovos, Farinha	Farinha
Quinta-feira 16 mar	Sopa	Alho Francês / Couve Flor		Alho Francês / Couve Flor
	Prato	Carne de porco à alentejana/à portuguesa		Legumes salteados c/ feijão preto
	Vegetais	Alface, Tomate, Cenoura		Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Sexta-feira 17 mar	Sopa		Creme de Cenoura	Creme de Cenoura
	Prato		Massa gratinada c/ lombinhos de pescada	Massa c/ Soja
	Vegetais		Alface, Tomate, Pepino	Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa		Gelatina, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos		Farinha	Soja, Farinha

Mogadouro, 27 de dezembro de 2022

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

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 20 mar	Sopa		Espinafres c/ Grão de Bico	Espinafres c/ Grão de Bico
	Prato		Pescada Estufada c/ Batata Cozida	Soja Estufada c/ Batata Cozida
	Vegetais		Alface, Tomate, Pepino	Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa		Mousse de Chocolate / Maçã / Pera	Mousse de Chocolate / Maçã / Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos		Farinha	Farinha
Terça-feira 21 mar	Sopa	Creme de Legumes		Creme de Legumes
	Prato	Massa Gratinada c/ Bacon		Massa Gratinada c/ Seitan
	Vegetais	Alface, Tomate, Cenoura		Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	672 Kcal		
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Quarta-feira 22 mar	Sopa		Feijão Verde	Feijão-verde
	Prato		Jacobs no forno c/ arroz de feijão seco	Tofu Panado c/ Arroz de Feijão Seco
	Vegetais		Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
	Sobremesa		Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		34 Kcal	29 Kcal
	Alergénicos		Farinha	Farinha
Quinta-feira 23 mar	Sopa	Juliana		Juliana
	Prato	Frango Fricassé c/ Puré de Batata		Soja de fricassé c/ puré de batata
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Laranja, Maçã, Pera		Laranja, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Sexta-feira 24 mar	Sopa		Brócolos	Brócolos
	Prato		Massa Gratinada c/ Atum e Ovo	Massa gratinada c/ legumes
	Vegetais		Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa		Gelatina, Maçã, Pera	Gelatina, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		34 Kcal	34 Kcal
	Alergénicos		Farinha	Farinha

Mogadouro, 27 de dezembro de 2022

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

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 27 mar	Sopa		Legumes	Legumes
	Prato		Solha c/ arroz de grão de bico	Tofu panado no forno c/ arroz de grão de bico
	Vegetais		Alface, Tomate, Pepino	Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa		Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos		Farinha	Farinha
Terça-feira 28 mar	Sopa	Agrião e feijão branco		Agrião e feijão branco
	Prato	Bife de peru no forno c/ esparguete cozido		Beringela gratinada c/ esparguete cozido
	Vegetais	Alface, Tomate, Cenoura		Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa	Banana, Maçã, Pera		Banana, Maçã, Laranja
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	34 Kcal		34 Kcal
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Quarta-feira 29 mar	Sopa		Juliana	Juliana
	Prato		Maruca Assada c/ Batata no Forno	Vegetais gratinados C/ feijão encarnado
	Vegetais		Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
	Sobremesa		Laranja, Maçã, Pera	Laranja, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos		Farinha	Farinha
Quinta-feira 30 mar	Sopa	Creme de Cenoura		Creme de Cenoura
	Prato	Frango Assado c/ Arroz de Cenoura		Legumes c/ natas vegetais no forno
	Vegetais	Alface, tomate, rúcula		Alface, tomate, rúcula
	Sobremesa	Clementina, maçã, pêra		Gelatina, Maçã, Pera
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos	Farinha		Farinha
Sexta-feira 31 mar	Sopa		Canja	Sopa de massinhas
	Prato		Bacalhau C/ Natas	Massa c/ Soja
	Vegetais		Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
	Sobremesa		Abacaxi, Maçã, Pera	Abacaxi, Maçã, Pera
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		47 Kcal	
	Alergénicos		Contém glúten e pode conter ovos, Leite, Farinha	Soja, Farinha

Mogadouro, 27 de dezembro de 2022

A Diretora do A. E. Mogadouro

Pelo Município de Mogadouro

Luísa de Rocha

M. S. A. Branco

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