

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Mogadouro

Ano Escolar: 2023/2024

Setor: Refeitório Município-Básica Mogadouro

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 13-11-2023 a 19-11-2023

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 13 nov	Sopa		Couve lombarda	Couve lombarda
	Prato		Massa com atum e ovo	Bolonhesa de soja
	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		430 Kcal	323 Kcal
	Alergénicos		Glúten; Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos	Glúten; Ovos; Soja; Frutos de casca rija; Sementes de sésamo; Dióxido de enxofre e sulfitos
Terça-feira 14 nov	Sopa	Feijão Verde		Feijão Verde
	Prato	Febras de porco estufadas com cogumelos e batata cozida		Seitan estufado com batata cozida
	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	288 Kcal		334 Kcal
	Alergénicos	Dióxido de enxofre e sulfitos		Glúten; Soja; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quarta-feira 15 nov	Sopa		Creme de cenoura	Creme de Cenoura
	Prato		Arroz de peixe	Salteado de Legumes c/ Feijão Preto
	Vegetais		Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
	Sobremesa		Fruta da época (3 variedades)/Sobremesa doce	Fruta da época (3 variedades)/Sobremesa doce
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		219 Kcal	351 Kcal
	Alergénicos		Dióxido de enxofre e sulfitos; Moluscos	Soja; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremoço
Quinta-feira 16 nov	Sopa	Repolho		Repolho
	Prato	Bifinhos de peru grelhados com massa macaronete		Massa c/ Tofu
	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	264 Kcal		333 Kcal
	Alergénicos	Glúten; Ovos; Dióxido de enxofre e sulfitos		Glúten; Amendoins; Soja; Frutos de casca rija; Aipo; Mostarda; Sementes de sésamo; Dióxido de enxofre e sulfitos

Mogadouro, 7 de novembro 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.

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Mogadouro

Ano Escolar: 2023/2024

Setor: Refeitório Município-Básica Mogadouro

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 13-11-2023 a 19-11-2023

		Carne	Peixe	Vegetariano
Sexta-feira 17 nov	Sopa		Brócolos	Brócolos
	Prato		Maruca no fomo com arroz de grão de bico	Caldeirada de seitan
	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		268 Kcal	311 Kcal
	Alergénicos		Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos	Glúten; Soja; Dióxido de enxofre e sulfitos

Mogadouro, 7 de novembro 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.º11/2017 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.

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Mogadouro

Ano Escolar: 2023/2024

Setor: Refeitório Município-Básica Mogadouro

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 20-11-2023 a 26-11-2023

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 20 nov	Sopa	Chuchu		Chuchu
	Prato	Almôndegas com massa esparguete		Massa c/ cogumelos e lentilhas
	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	703 Kcal		485 Kcal
	Alergénicos	Glúten; Ovos; Soja; Aipo; Dióxido de enxofre e sulfitos		Glúten; Amendoins; Soja; Frutos de casca rija; Aipo; Mostarda; Sementes de sésamo; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremoço
Terça-feira 21 nov	Sopa		Creme de legumes	Creme de Legumes
	Prato		Bacalhau c/ natas	Gratinado de batata e feijão preto
	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		364 Kcal	664 Kcal
	Alergénicos		Peixes; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos	Soja; Leite; Aipo; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quarta-feira 22 nov	Sopa	Repolho		Alho-francês
	Prato	Lombo de porco no forno com arroz branco		Tofu no forno c/ arroz branco
	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	648 Kcal		322 Kcal
	Alergénicos	Peixes; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos		Glúten; Amendoins; Soja; Frutos de casca rija; Aipo; Mostarda; Sementes de sésamo; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quinta-feira 23 nov	Sopa		Canja	Feijão-verde
	Prato		Medalhões de pescada no forno com massa espiral	Beringela gratinada com massa macaronete
	Vegetais		Alface, Tomate, Couve Roxa	Alface, Tomate, Couve Roxa
	Sobremesa		Fruta da época (3 variedades)	Fruta da época (3 variedades)/Sobremesa doce
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		266 Kcal	342 Kcal
	Alergénicos		Glúten; Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos	Glúten; Ovos; Soja; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremoço

Mogadouro, 7 de novembro de 2023

A Diretora do A. E. Mogadouro

Ana Paula Rocha

Pelo Município de Mogadouro

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 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.

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Mogadouro

Ano Escolar: 2023/2024

Setor: Refeitório Município-Básica Mogadouro

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 20-11-2023 a 26-11-2023

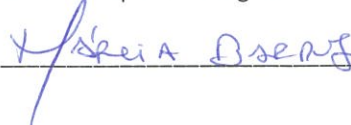
		Carne	Peixe	Vegetariano
Sexta-feira 24 nov	Sopa	Canja		Brócolos
	Prato	Jardneira de frango		Seitan no forno c/ batata assada
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		Fruta da época (3 variedades)
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	452 Kcal		562 Kcal
	Alergénicos	Glúten; Crustáceos; Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos		Glúten; Soja; Dióxido de enxofre e sulfitos

Mogadouro, 7 de novembro 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 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.