

**EMENTAS DA SEMANA**

Entidade: Município de Mogadouro

Ano Escolar: 2023/2024

Sector: Refeitório Município-Secundária Mogadour

Tipo Refeição: Almoço

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

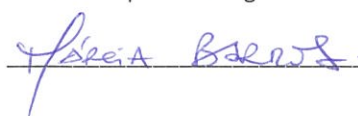
		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	13 nov	Sopa	Couve lombarda	Couve lombarda
		Prato	Bolonhesa de atum	Bolonhesa de soja
		Vegetais	alface, cenoura e pimento	Alface cenoura e pimento
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico	574 Kcal	534 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	Abóbora	Abóbora
		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	607 Kcal	412 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 com 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	389 Kcal	524 Kcal
		Alergénicos	Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos; Moluscos	Soja; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremoço
Quinta-feira	16 nov	Sopa	Couve-coração	Couve-coração
		Prato	Bife de peru grelhado com massa com molho de tomate	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	410 Kcal	508 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, 10 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.

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Mogadouro

Ano Escolar: 2023/2024

Sector: Refeitório Município-Secundária Mogadour

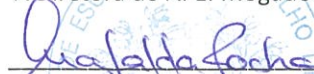
Tipo Refeição: Almoço

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

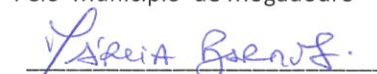
		Carne	Peixe	Vegetariano
Sexta-feira	17 nov	Sopa	Cenoura	Cenoura
		Prato	Abrótea no forno com salada russa (feijão verde, batata e cenoura)	Caldeirada de seitan
		Vegetais	Alface, Tomate, Cenoura	Alface, Tomate, Cenoura
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão Mistura	Pão Mistura
		V. Calórico	353 Kcal	436 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.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.



**EMENTAS DA SEMANA**

Entidade: Município de Mogadouro

Ano Escolar: 2023/2024

Setor: Refetório Município-Secundária Mogadouro

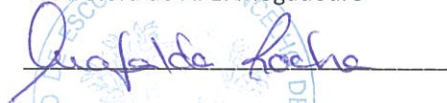
Tipo Refeição: Almoço

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

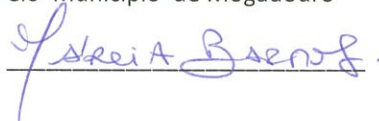
		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 20 nov	Sopa	Chuchu		Chuchu
	Prato	Almôndegas com massa esparguete		Massa c/ cogumelos e lentilhas
	Vegetais	Alface, tomate e pimentos		Alface, tomate e pimentos
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		Fruta da época (3 variedades)
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	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; Tremçoço
Terça-feira 21 nov	Sopa		Creme de legumes	Creme de legumes
	Prato		Bacalhau com natas	Gratinado de batata e feijão preto
	Vegetais		alface, cenoura e pimento	alface, cenoura e pimento
	Sobremesa		Fruta da época (3 variedades) /Mousse	Fruta da época (3 variedades)
	Pão		Pão Mistura	Pão Mistura
	V. Calórico		648 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		Repolho
	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		428 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; Tremçoço
Quinta-feira 23 nov	Sopa		Feijão Verde	Feijão-verde
	Prato		Medalhões de pescada no forno com massa macarronete	Beringela gratinada com massa macaronete
	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		400 Kcal	342 Kcal
	Alergénicos		Glúten; Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos	Glúten; Ovos; Soja; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremçoço

Mogadouro, 7 de novembro de 2023

A Diretora da 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-Secundária Mogadour


Tipo Refeição: Almoço

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

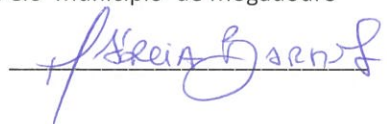
		Carne	Peixe	Vegetariano
Sexta-feira <b>24 NOV</b>	Sopa	Canja		Brócolos
	Prato	Jardineira de frango		Seitan no forno c/ batata assada
	Vegetais	Alface, Tomate, Pepino		Alface, Tomate, Pepino
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		Fruta da época (3 variedades)
	Pão	Pão Mistura		Pão Mistura
	V. Calórico	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 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.