

 REPÚBLICA PORTUGUESA EDUCAÇÃO	145440 - Agrupamento de Escolas Padre João Coelho Cabanita, Loulé Rua Padre João Cabanita 8100-231 Loulé N.I.F: 600082970 Telefone: 289412783 E-mail: escolacabanita@agrupamentocabanita.edu.pt	EMENTAS SEMANA
---	---	-----------------------

EMENTAS DA SEMANA Setor: RF - Refeitório Sede	Entidade: Escola Básica Padre João Coelho Cabanita, Loulé Tipo Refeição: Almoço	Ano Escolar: 2019/2020 Semana: 23-03-2020 a 29-03-2020
---	--	---

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Segunda-feira	23 mar	Sopa	Feijão verde e cenoura		Feijão verde e cenoura
		Prato	Massinha de peixe		Ervilhas com ovos
		Vegetais	Salada, agrião, alface, cenoura		Salada, agrião, alface, cenoura
		Sobremesa	Banana, laranja, morango		Banana, laranja, morango
		Pão	Mistura 45gr.		Mistura 45gr.
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Terça-feira	24 mar	Sopa	Caldo Verde		Caldo Verde
		Prato	Cozido de feijão		Gratinado de legumes
		Vegetais	Salada, alface, beterraba, cenoura		Salada, alface, beterraba, cenoura
		Sobremesa	Banana, laranja, maçã		Banana, laranja, maçã
		Pão	Mistura 45gr.		Mistura 45gr.
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quarta-feira	25 mar	Sopa	Batata doce e ervilhas		Batata doce e ervilhas
		Prato	Empadão de pescada		Feijoada de Cogumelos
		Vegetais	Salada agrião, cenoura, rábano		Salada agrião, cenoura, rábano
		Sobremesa	Abacaxi, banana, kiwi		Abacaxi, banana, kiwi
		Pão	Mistura 45gr.		Mistura 45gr.
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quinta-feira	26 mar	Sopa	Montanheira		Montanheira
		Prato	Strogonof peru c/arroz		Jardineira de legumes c/grão
		Vegetais	Alface, cenoura, rúcula		Alface, cenoura, rúcula
		Sobremesa	Kiwi, maçã, morango		Kiwi, maçã, morango
		Pão	Mistura 45gr.		Mistura 45gr.
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Sexta-feira	27 mar	Sopa	Juliana		Juliana
		Prato	Salmão grelhado c/feijão verde e batata		Rissóis vegetarianos c/arroz de feijão
		Vegetais	Salada, alface, cenoura, rábano		Salada, alface, cenoura, rábano
		Sobremesa	Gelatina, Banana, laranja, maçã		Gelatina, Banana, laranja, maçã
		Pão	Mistura 45gr.		Mistura 45gr.
		V. Calórico			
		Alergénicos			