



MUNICÍPIO DE BARRANCOS
Unidade de Ação Sociocultural

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE BARRANCOS

REFEITÓRIO ESCOLAR

EMENTA - Almoço

SEMANA DE 12 de junho a 16 de junho de 2023

SEGUNDA-FEIRA

- SOPA** Base de legumes com alho-francês
- PRATO** Nuggets de frango com arroz de cenoura (1)
- SALADA** Salada de alface e tomate
- SOBREMESA** Fruta da época (maçã e laranja)

TERÇA-FEIRA

- SOPA** Base de legumes com repolho
- PRATO** Lasanha de atum (1, 4)
- SALADA** Salada de alface e tomate
- SOBREMESA** Fruta da época (banana e laranja)

QUARTA-FEIRA

- SOPA** Base de legumes com brócolos
- PRATO** Carne guisada com esparguete (1)
- SALADA** Salada de tomate e pepino
- SOBREMESA** Fruta da época (maçã e pera)

QUINTA-FEIRA

- SOPA** Base de legumes com feijão-verde
- PRATO** Bacalhau à Gomes de Sá (3, 4)
- SALADA** Salada de alface e pepino
- SOBREMESA** Fruta da época (laranja e banana)

SEXTA-FEIRA

- SOPA** Base de legumes com coentros e ovinhos (3)
- PRATO** Carne de porco à alentejana com batatinhas
- SALADA** Salada de alface e cenoura ralada
- SOBREMESA** Fruta da época (laranja e maçã)

EM TODAS AS REFEIÇÕES É DISPONIBILIZADO PÃO TIPO ALENTEJANO (1) E ÁGUA.

ALÉRGICOS - Lista de alérgenos de acordo com Regulamento n.º 1169/2011: 1- Cereais que contém glúten; 2- Crustáceos; 3- Ovos; 4- Peixe; 5- Amendoim; 6- Soja; 7- Leite; 8- Frutos de casca rijas; 9- Aipo; 10- Mostarda; 11- Sésamo; 12- Dióxido de enxofre e sulfitos; 13- Tremoço; 14- Moluscos; *V pode conter VESTÍGIOS.

Elaborada por: Antónia Godinho, em colaboração com a UASC.

Obs: Ementa sujeita a alterações.