



**MUNICÍPIO DE BARRANCOS**  
**Unidade de Ação Sociocultural**

**AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE BARRANCOS**

**REFEITÓRIO ESCOLAR**

## EMENTA - Almoço

SEMANA DE 22 de maio a 26 de maio de 2023

SEGUNDA-FEIRA

**SOPA** Base de legumes com brócolos

**PRATO** Douradinhos com arroz de cenoura (1,4)

**SALADA** Salada de alface e tomate

**SOBREMESA** Fruta da época (pera e maçã)

TERÇA-FEIRA

**SOPA** Base de legumes com alho-francês

**PRATO** Carne de porco guisada com esparguete (1)

**SALADA** Salada de alface e cenoura ralada

**SOBREMESA** Fruta da época (banana e laranja)

QUARTA-FEIRA

**SOPA** Base de legumes com repolho

**PRATO** Pescada no forno com batatas assadas (4)

**SALADA** Salada de pepino e tomate

**SOBREMESA** Fruta da época (laranja e banana)

QUINTA-FEIRA

**SOPA** Base de legumes com feijão-verde

**PRATO** Bife de frango com massa e legumes salteados (1)

**SALADA** Salada de alface e pepino

**SOBREMESA** Fruta da época (pera e maçã)

SEXTA-FEIRA

**SOPA** Base de legumes com repolho

**PRATO** Caldeirada de peixe (4)

**SALADA** Salada de alface e tomate

**SOBREMESA** Fruta da época (laranja e maçã)

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

**ALÉRGENIOS** - 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.*