



EMENTA Nº 20 FEVEREIRO DE 2015

SEMANA DE 09 FEVEREIRO A 13 DE FEVEREIRO DE 2015

DIA	EMENTA	ACOMPANHAMENTO
2ª FEIRA DIA 09	SOPA PRATO SOBREMESA	Legumes Empadão de carne Maçã Kcal +/-
3ª FEIRA DIA 10	SOPA PRATO SOBREMESA	Couve coração Filetes de pescada panados com arroz alegre Banana Kcal +/- 364
4ª FEIRA DIA 11	SOPA PRATO SOBREMESA	Hortaliça Hambúrguer com massa tricolor Tangerina Kcal +/- 408
5ª FEIRA DIA 12	SOPA PRATO SOBREMESA	Caldo verde Peixe vermelho c/arroz de cenoura e brócolos cozidos Gelatina Kcal +/- 522
6ª FEIRA DIA 13	SOPA PRATO SOBREMESA	Canja Rancho (grão de bico, batata, cenoura, massa cortada, vifeira, orelha e pé de porco. Pernil e linguíça) Pêra Kcal +/- 424

Data: 09/12/2014

Em reunião de: 09/12/2014

Observações:

Conforme circular n.º 3/DSEAS/DGE/2013, a ementa é acompanhada pela respectiva ficha técnica que poderá ser consultada no Refeitório Escolar. A ementa foi calculada a partir dos valores estabelecidos pelo caderno de encargo da DREN e da "Tabela de Composição Alimentar Portuguesa". Ementa Sujeita a alteração sem aviso prévio

O Diretor: _____