



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E INOVAÇÃO

135203 - Agrupamento de Escolas de Avis

Estrada Nacional 244

7480-115 Avis

N.I.F: 600082253

Telefone: 242410120 E-mail: diretor@aeavis.pt

**EMENTAS
SEMANA**

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Avis

Ano Escolar: 2024/2025

Sector: Município - Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 14/10/2024 a 20/10/2024

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	14 out	Sopa	Alface	Alface (creme)
		Prato	Esparguete à Bolonhesa	Bolonhesa Vegetariana
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	15 out	Sopa	Feijão Verde	Feijão Verde
		Prato	Massada de Atum	Massada de Legumes
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	16 out	Sopa	Juliana	Juliana
		Prato	Frango assado c/batatas fritas	Bife de Seitan grelhado com Batata Frita
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	17 out	Sopa	Feijão com Espinafres	Feijão com Espinafres
		Prato	Salmão Grelhado com Molho de Manteiga e Limão com Batata Cozida	Batata, cenoura e couve-flor cozidas
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	18 out	Sopa	Canja de galinha	Canja Vegan
		Prato	Bife de Perú estufados com Arroz de Ervilhas	Salsicha Vegan grelhada com Arroz de Ervilhas
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		