



## AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DR. JORGE AUGUSTO CORREIA

Direção de Serviços da Região do Algarve

ES/3EB Dr. Jorge Augusto Correia; EB 2,3 D. Paio Peres Correia; EB/JI Horta do Carmo; EB1/JI Conceição; EB1 Cabanas

### Ementa Nº 32

|             | Segunda 09-05-2022  | Valor Energético (KCAL) |
|-------------|---|-------------------------|
| Sopa        | Feijão verde  | 120                     |
| Prato       | Bacalhau com natas  | 316                     |
| Vegetariana | Salada mexicana (feijão preto, batata, cenoura, pimentos e milho) | 383                     |
| Salada      | Alface/Tomate/cebola  | 25                      |
| Sobremesa   | Maça/Kiwi /Gelatina   | 64/55                   |

|             | Terça 10-05-2022                                     | Valor Energético (KCAL) |
|-------------|--|-------------------------|
| Sopa        | Espinafres   | 75                      |
| Prato       | Hamburguer de Bovino com arroz de cenoura            | 162                     |
| Vegetariana | Esparguete estufado c/ cenoura, cogumelos e ervilhas | 476                     |
| Salada      | Alface/cenoura /beterraba                            | 28                      |
| Sobremesa   | Pera/ laranja  | 47/48                   |

|             | Quarta 11-05-2022               | Valor Energético (KCAL) |
|-------------|---------------------------------|-------------------------|
| Sopa        | Creme de cenoura                | 63                      |
| Prato       | Salada de feijão frade com atum | 786                     |
| Vegetariana | Empadão de legumes              | 255                     |
| Salada      | Alface / tomate/pepino          | 25                      |
| Sobremesa   | Banana/maçã                     | 104/64                  |

|             | Quinta 12-05-2022                        | Valor Energético (KCAL) |
|-------------|--|-------------------------|
| Sopa        | Creme de abóbora                         | 120                     |
| Prato       | Frango assado com batata frita           | 400                     |
| Vegetariana | Estufado de cogumelos c/ tomate e feijão | 383                     |
| Salada      | Alface/tomate/ milho                     | 34                      |
| Sobremesa   | Banana/Morango/Arroz doce                | 41/82                   |

|             | Sexta 13-05-2022                           | Valor Energético (KCAL) |
|-------------|--|-------------------------|
| Sopa        | Caldo verde                                | 110                     |
| Prato       | Doradinhos de pescada com arroz de cenoura | <b>162</b>              |
| Vegetariana | Feijoada de cogumelos com arroz branco     | 540                     |
| Salada      | Alface/cenoura/Beterraba                   | 28                      |
| Sobremesa   | Pera/ laranja                              | 47/48                   |

Pão Diário (Mistura) \* A ementa está sujeita a alterações

*As refeições contêm as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados alergénios: cereais com glúten, crustáceos, ovos, peixe, amendoim, soja, leite, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, dióxido de enxofre e sulfitos, tremçoço, moluscos (Regulamento EU n.º 1169/2011 de 25-10).*

*Caso necessite de informação adicional sobre os produtos em causa, solicite a um funcionário.*

*As fichas técnicas podem ser solicitadas nos refeitórios das escolas Dr. Jorge Augusto Correia e Básica Dom Paio Peres Correia.*