

**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 13**


	Terça 08-12-2020	
	<b>FERIADO</b>	

	Quarta 09-12-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Grão c/ agrião	235
<b>Prato</b>	Abrótea cozida c/ batata cozida e brócolos	400
<b>Salada</b>	Alface/tomate/ milho	34
<b>Sobremesa</b>	Pera/ clementina	41/82

	Quinta 10-12-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Espinafres	76
<b>Prato</b>	Costeleta de porco c/arroz de cenoura	786
<b>Salada</b>	Alface / tomate/rúcula	25
<b>Sobremesa</b>	Banana/maçã	98/57

	Sexta 11-12-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Feijão c/ abóbora	110
<b>Prato</b>	Massada de peixe	534
<b>Salada</b>	Alface/cebola/tomate	18
<b>Sobremesa</b>	Maçã /clementina	57/41

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.*

**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 13 VEGETARIANA**


	Terça 08-12-2020	
	<b>FERIADO</b>	

	Quarta 09-12-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Grão c/ agrião	235
<b>Prato</b>	Esparguete estufado c/ cogumelos, cenouras e ervilhas	502
<b>Salada</b>	Alface/tomate/ milho	34
<b>Sobremesa</b>	Pera/ clementina	41/82

	Quinta 10-12-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Espinafres	76
<b>Prato</b>	Estufado de cogumelos c/ tomate e feijão	797
<b>Salada</b>	Alface / tomate/rúcula	25
<b>Sobremesa</b>	Banana/maçã	98/57

	Sexta 11-12-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Feijão c/ abóbora	110
<b>Prato</b>	Massa cotovelo c/ legumes salteados	310
<b>Salada</b>	Alface/cebola/tomate	18
<b>Sobremesa</b>	Maçã /clementina	57/41

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.*