

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 24

	Segunda 09-03-2020	Valor Energético (KCAL)
Sopa	Nabiça	96
Prato	Bacalhau à Brás	346
Salada	Alface/cenoura/tomate	26
Sobremesa	Pera/ laranja	41/42

	Terça 10-03-2020	Valor Energético (KCAL)
Sopa	Abóbora	82
Prato	Carne de novilho estufada c/legumes (cenoura e brócolos) e batata	433
Salada	Alface/couve roxa/cebola	25
Sobremesa	Banana/Kiwi	98 /61

	Quarta 11-03-2020	Valor Energético (KCAL)
Sopa	Feijão verde	84
Prato	Lombos de pescada estufados c/ arroz branco	346
Salada	Alface/tomate/rúcula	25
Sobremesa	Pera/ doce	41/100

	Quinta 12-03-2020	Valor Energético (KCAL)
Sopa	Feijão c/ abóbora	110
Prato	Perna de peru no forno c/ batata assada	539
Salada	Alface / tomate/cebola	40
Sobremesa	Banana/maçã	98/57

	Sexta 13-03-2020	Valor Energético (KCAL)
Sopa	Caldo verde	78
Prato	Maruca cozida c/ batata e brócolos	400
Salada	Alface/cenoura/tomate	26
Sobremesa	Maçã /pera	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 24 VEGETARIANA

	Segunda 09-03-2020	Valor Energético (KCAL)
Sopa	Nabiça	96
Prato	Jardineira de soja	484
Salada	Alface/cenoura/tomate	26
Sobremesa	Pera/ laranja	41/42

	Terça 10-03-2020	Valor Energético (KCAL)
Sopa	Abóbora	82
Prato	Arroz de açafão com ervilhas, milho e cenoura	364
Salada	Alface/couve roxa/cebola	25
Sobremesa	Banana/Kiwi	98 /61

	Quarta 11-03-2020	Valor Energético (KCAL)
Sopa	Feijão verde	84
Prato	Mistura de vegetais estufados (cenoura, grão, feijão verde, couve flor e aipo) com massa fusilli	313
Salada	Alface/tomate/rúcula	25
Sobremesa	Pera/ doce	41/100

	Quinta 12-03-2020	Valor Energético (KCAL)
Sopa	Feijão c/ abóbora	110
Prato	Favas guisadas com cenoura, curgete e couve lombarda	243
Salada	Alface / tomate/cebola	40
Sobremesa	Banana/maçã	98/57

	Sexta 13-03-2020	Valor Energético (KCAL)
Sopa	Caldo verde	78
Prato	Couve estufada com lentilhas e batata cozida	372
Salada	Alface/cenoura/tomate	26
Sobremesa	Maçã /pera	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.