

**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 6**

	Segunda 19-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Sopa de alho francês	44
<b>Prato</b>	Filetes no forno c/ cebolada e batata assada	877
<b>Salada</b>	Alface/milho/tomate	22
<b>Sobremesa</b>	Banana/Kiwi	98 /61

	Terça 20-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Caldo verde	85
<b>Prato</b>	Bifes de peru c/cogumelos e massa fusili	408
<b>Salada</b>	Alface/agrião/cebola	25
<b>Sobremesa</b>	Pera/ laranja	41/42

	Quarta 21-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Grão com nabiça	57
<b>Prato</b>	Maruca cozida c/ batata e brócolos	474
<b>Salada</b>	Alface/tomate/pepino	20
<b>Sobremesa</b>	Pera/ maçã	41/47

	Quinta 22-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Couve coração	43
<b>Prato</b>	Ervilhas com ovos e arroz branco	498
<b>Salada</b>	Alface / tomate/rúcula	20
<b>Sobremesa</b>	Banana/maçã	98/ 57

	Sexta 23-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Juliana	28
<b>Prato</b>	Esparguete à bolonhesa	918
<b>Salada</b>	Alface/cebola/tomate	18
<b>Sobremesa</b>	Maçã /romã	57/50

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 6 VEGETARIANA**

	Segunda 19-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Sopa de alho francês	93
<b>Prato</b>	Salada de feijão frade, batata, cenoura e brócolos	407
<b>Salada</b>	Alface/milho/tomate	22
<b>Sobremesa</b>	Banana/Kiwi	98 /61

	Terça 20-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Caldo verde	85
<b>Prato</b>	Massa fusili com estufado de legumes (cenouras, cogumelos e ervilhas)	345
<b>Salada</b>	Alface/agrião/cebola	25
<b>Sobremesa</b>	Pera/ laranja	41/42

	Quarta 21-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Grão com nabiça	57
<b>Prato</b>	Legumes salteados c/broa e batata gratinada c/ salsa	325
<b>Salada</b>	Alface/tomate/pepino	20
<b>Sobremesa</b>	Pera/ maçã	41/47

	Quinta 22-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Couve coração	43
<b>Prato</b>	Ervilhas estufadas com cenoura e batata corada	348
<b>Salada</b>	Alface / tomate/rúcula	20
<b>Sobremesa</b>	Banana/maçã	98/ 57

	Sexta 23-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Juliana	48
<b>Prato</b>	Jardineira de legumes	451
<b>Salada</b>	Alface/cebola/tomate	18
<b>Sobremesa</b>	Maçã /romã	57/50

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 6**

	Segunda 19-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Sopa de alho francês	44
<b>Prato</b>	Filetes no forno c/ cebolada e batata assada	877
<b>Salada</b>	Alface/milho/tomate	22
<b>Sobremesa</b>	Banana/Kiwi	98 /61

	Terça 20-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Caldo verde	85
<b>Prato</b>	Bifes de peru c/cogumelos e massa fusili	408
<b>Salada</b>	Alface/agrião/cebola	25
<b>Sobremesa</b>	Pera/ laranja	41/42

	Quarta 21-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Grão com nabiça	57
<b>Prato</b>	Maruca cozida c/ batata e brócolos	474
<b>Salada</b>	Alface/tomate/pepino	20
<b>Sobremesa</b>	Pera/ maçã	41/47

	Quinta 22-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Couve coração	43
<b>Prato</b>	Ervilhas com ovos e arroz branco	498
<b>Salada</b>	Alface / tomate/rúcula	20
<b>Sobremesa</b>	Banana/maçã	98/ 57

	Sexta 23-10-2020	Valor Energético (KCAL)
<b>Sopa</b>	Juliana	28
<b>Prato</b>	Esparguete à bolonhesa	918
<b>Salada</b>	Alface/cebola/tomate	18
<b>Sobremesa</b>	Maçã /romã	57/50

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.