



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E INOVAÇÃO

152511 - Agrupamento de Escolas Dr. Costa Matos

Rua José Fontana
4400-193 Vila Nova de Gaia

N.I.F: 600076490

Telefone: E-mail: admin@aecostamatos.pt

**EMENTAS
SEMANA**

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Vila Nova de Gaia

Ano Escolar: 2024/2025

Sector: Refeitório Município

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 04/11/2024 a 10/11/2024

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	04 nov	Sopa	Creme de curgete (cebola, cenoura, repolho)	Creme de curgete (cebola, cenoura, repolho)
		Prato	Bolinhos de bacalhau no forno c/ arroz de alecrim	Arroz branco c/ feijão estufado e cogumelos, curgete e alecrim
		Vegetais	Salada de alface e tomate	Salada de alface e tomate
		Sobremesa	Gelatina / fruta da época	Gelatina / fruta da época
		Pão	Mistura	Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	05 nov	Sopa	Creme de espinafres e grão (cebola, cenoura, repolho)	Creme de espinafres e grão (cebola, cenoura, repolho)
		Prato	Peru estufado c/ massa farfalle e orégãos	Tofu crocante aos cubos no forno c/ massa espiral c/ orégãos
		Vegetais	Salada de beterraba e milho	Salada de beterraba e milho
		Sobremesa	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	Fruta da época (mínimo 3 variedades)
		Pão	Mistura	Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	06 nov	Sopa	Sopa de cenoura e nabo (cebola, cenoura, repolho)	Sopa de cenoura e nabo (cebola, cenoura, repolho)
		Prato	Omelete de cogumelos e salsa (s/ adição de gordura) c/ arroz	Gratinado de cogumelos e favas c/ creme de soja, acompanhada c/ arroz
		Vegetais	Salada de cebola e nabo raspado	Salada de cebola e nabo raspado
		Sobremesa	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	Fruta da época (mínimo 3 variedades)
		Pão	Mistura	Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	07 nov	Sopa	Creme de feijão-verde (cebola, cenoura, repolho)	Creme de feijão-verde (cebola, cenoura, repolho)
		Prato	Jardineira de porco e frango (ervilhas, cenoura) c/ batata e louro	Jardineira de lentilhas e legumes (ervilhas, cenoura) c/ batata e louro
		Vegetais	Salada de pepino e tomate	Salada de pepino e tomate
		Sobremesa	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	Fruta da época (mínimo 3 variedades)
		Pão	Mistura	Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	08 nov	Sopa	Creme de alho-francês e cenoura (cebola, cenoura, repolho)	Creme de alho-francês e cenoura (cebola, cenoura, repolho)
		Prato	Salmão no forno c/ arroz de feijão catarino	Empadão de arroz de soja c/ couve e cenoura no forno
		Vegetais	Salada de alface e milho	Salada de alface e milho
		Sobremesa	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	Fruta da época (mínimo 3 variedades)
		Pão	Mistura	Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		