



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: 25/11/2024 a 01/12/2024

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira <b>25 nov</b>	Sopa	Sopa de nabo (cebola, cenoura, repolho)		Sopa de nabo (cebola, cenoura, repolho)
	Prato	Esparguete à bolonhesa (carne de vaca e cenoura estufadas em tomate c/ esparguete)		Bolonhesa de feijão preto (estufado de feijão preto e cenoura em tomate c/ esparguete)
	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			
Terça-feira <b>26 nov</b>	Sopa		Sopa de espinafres (cebola, cenoura, repolho)	Sopa de espinafres (cebola, cenoura, repolho)
	Prato		Pescada assada c/ arroz de tomate	Seitan assado c/ arroz de tomate
	Vegetais		Salada de couve roxa	Salada de couve roxa
	Sobremesa		Fruta da época ( mínimo 3 variedades)	Fruta da época ( mínimo 3 variedades)
	Pão		Mistura	Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos			
Quarta-feira <b>27 nov</b>	Sopa	Creme de cenoura (cebola, cenoura e repolho)		Creme de cenoura (cebola, cenoura e repolho)
	Prato	Estufado de carnes (porco e frango) e feijão catarino c/ massa espiral polv. c/ salsa		Massa alegre c/ lentilhas, cenoura, ervilhas e milho c/ salsa picada
	Vegetais	Abóbora e repolho		Abóbora e repolho
	Sobremesa	Fruta da época ( mínimo 3 variedades)		Fruta da época ( mínimo 3 variedades)
	Pão	Mistura		Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos			
Quinta-feira <b>28 nov</b>	Sopa		Sopa de brócolos e feijão catarino (cebola, cenoura e repolho)	Sopa de brócolos e feijão catarino (cebola, cenoura e repolho)
	Prato		Arroz de cavala lascada (em conserva) e tomate c/ orégãos	Arroz c/ soja e legumes (cenoura, abóbora, brócolos e pimento) no forno c/ orégãos
	Vegetais		Salada de couve roxa e pepino	Salada de couve roxa e pepino
	Sobremesa		Gelatina / fruta da época	Gelatina / fruta da época
	Pão		Mistura	Mistura
	V. Calórico			
	Alergénicos			

**EMENTAS DA SEMANA**

Entidade: Município de Vila Nova de Gaia

Ano Escolar: 2024/2025

Setor: Refeitório Município

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 25/11/2024 a 01/12/2024

		Carne	Peixe	Vegetariano
<b>Sexta-feira</b> <b>29</b> <b>nov</b>	<b>Sopa</b>	Sopa de curgete (cebola, cenoura, repolho)		Sopa de curgete (cebola, cenoura, repolho)
	<b>Prato</b>	Frango assado c/ alecrim e macarronete		Grão-de-bico estufado c/ cogumelos, alecrim e macarronete
	<b>Vegetais</b>	Salada de alface e milho		Salada de alface e milho
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época ( mínimo 3 variedades)		Fruta da época ( mínimo 3 variedades)
	<b>Pão</b>	Mistura		Mistura
	<b>V. Calórico</b>			
	<b>Alergênicos</b>			