



REPÚBLICA  
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA  
E INOVAÇÃO

151816 - Agrupamento de Escolas Emídio Garcia,  
Bragança

Rua Eng. Adelino Amaro da Costa

5300-146 Bragança

N.I.F: 600085953

Telefone: 273331192 E-mail: aeemidiogarcia@gmail.com

EMENTAS  
SEMANA

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Secundária Emidio Garcia, Bragança

Ano Escolar: 2024/2025

Sector: RF-EG

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 30-09-2024 a 06-10-2024

		Carne	Peixe
Segunda-feira	30 set	Sopa	Legumes.
		Prato	Almôndega de Aves com Massa Tricolor.
		Vegetais	Alface, Cenoura, Couve Roxa, Tomate.
		Sobremesa	Fruta Variada.
		Pão	Biju de mistura.
		V. Calórico	1116 Kcal
		Alergénicos	Poderá conter vestígios de leite, Ovo, Glúten., (Poderá conter sulfitos), Glúten
Terça-feira	01 out	Sopa	Creme de cenoura.
		Prato	Filete de pescada panado, batata, ervilha e cenoura.
		Vegetais	
		Sobremesa	Maçã.
		Pão	Biju de mistura.
		V. Calórico	665 Kcal
		Alergénicos	Peixe, glúten, ovo, leite, sem alergénicos, Glúten
Quarta-feira	02 out	Sopa	Creme de Abóbora.
		Prato	Lombo de Porco com Arroz Branco.
		Vegetais	Alface, cenoura ,tomate.
		Sobremesa	Pera.
		Pão	Biju de mistura.
		V. Calórico	819 Kcal
		Alergénicos	Vinagre, dióxido de enxofre, sulfitos, sem alergénicos, Glúten
Quinta-feira	03 out	Sopa	Brócolos
		Prato	Perca grelhada com arroz de cenoura.
		Vegetais	Alface, cenoura ,tomate.
		Sobremesa	Laranja.
		Pão	Biju de mistura.
		V. Calórico	604 Kcal
		Alergénicos	Peixe,glúten, Vinagre, dióxido de enxofre, sulfitos, sem alergénicos, Glúten
Sexta-feira	04 out	Sopa	Alho-francês.
		Prato	Bife de Vitela com Batata frita.
		Vegetais	Alface, tomate, pepino
		Sobremesa	Fruta Variada.
		Pão	Biju de mistura.
		V. Calórico	1083 Kcal
		Alergénicos	Pode conter sulfitos, Soja (óleo de fritar), Vinagre, dióxido de enxofre, sulfitos, Glúten