



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 Emídio Garcia, Bragança

**Ano Escolar:** 2024/2025

**Sector:** RF-EG

**Tipo Refeição:** Almoço

**Semana:** 04-11-2024 a 10-11-2024

		Carne	Peixe	Outro
Segunda-feira <b>04 nov</b>	Sopa		Legumes.	
	Prato		Barrinhas de Pescada Panada com Arroz de Cenoura.	
	Vegetais		Alface, Tomate e Pepino.	
	Sobremesa		Maçã.	
	Pão		Biju de mistura.	
	V. Calórico		726 Kcal	
	Alergénicos		Peixe, Tremoço, Leite, Vestígios de Ovo., sulfitos, dióxido de enxofre (vinagre), sem alérgénicos, Glúten	
Terça-feira <b>05 nov</b>	Sopa	Creme de cenoura.		
	Prato	Salsicha fresca com Massa tricolor.:		
	Vegetais	Alface, cenoura ,tomate.		
	Sobremesa	Fruta Variada.		
	Pão	Biju de mistura.		
	V. Calórico	1210 Kcal		
	Alergénicos	Poderá conter resíduos de proteína de soja, leite, ovo., Vinagre, dióxido de enxofre, sulfitos, Glúten		
Quarta-feira <b>06 nov</b>	Sopa		Creme de ervilha.	
	Prato		Maruca no forno, batata, legumes salteados.	
	Vegetais			
	Sobremesa		Banana.	
	Pão		Biju de mistura.	
	V. Calórico		759 Kcal	
	Alergénicos		Peixe, sem alérgénicos, Glúten	
Quinta-feira <b>07 nov</b>	Sopa	Alho-francês.		Alho-francês.
	Prato	Bife de frango, fiambre e queijo com massa cotovelo.		Massa cotovelo com perca grelhada.
	Vegetais	Alface, cenoura ,tomate.		Alface, cenoura ,tomate.
	Sobremesa	Laranja.		Laranja.
	Pão	Biju de mistura.		Biju de mistura.
	V. Calórico	1009 Kcal		874 Kcal
	Alergénicos	Pode conter sulfitos, Glúten, vestígios de leite, ovo e soja., Vinagre, dióxido de enxofre, sulfitos, sem alérgénicos, Glúten		Pode conter sulfitos, Glúten; Peixes, Vinagre, dióxido de enxofre, sulfitos, sem alérgénicos, Glúten

**EMENTAS DA SEMANA**

Entidade: Escola Secundária Emídio Garcia, Bragança

Ano Escolar: 2024/2025

Setor: RF-EG

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 04-11-2024 a 10-11-2024

		Carne	Peixe	Outro
<b>Sexta-feira</b> <b>08</b> <b>nov</b>	Sopa		Grão-de-bico	
	Prato		Salmão no Forno com Arroz de Cenoura.	
	Vegetais		Alface, tomate, pepino	
	Sobremesa		Fruta Variada.	
	Pão		Biju de mistura.	
	V. Calórico		921 Kcal	
	Alergénicos		Trigo, aveia, soja, gluten., Vinagre, dióxido de enxofre, sulfitos, Glúten	