



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:** 02-12-2024 a 08-12-2024

		Carne	Peixe	Outro		
Segunda-feira	02 dez	Sopa	Legumes. Bacalhau no Forno com Batata, Couve Coração.			
		Prato				
		Vegetais				
		Sobremesa				
		Pão				
		V. Calórico			Clementina	
		Alergénicos			Biju de mistura. 601 Kcal Peixe, Glúten., Glúten	
Terça-feira	03 dez	Sopa	Alho-francês.			
		Prato			Bife de Peru com Massa Cotovelo	
		Vegetais			Alface, cenoura ,tomate.	
		Sobremesa			Maçã.	
		Pão			Biju de mistura.	
		V. Calórico			870 Kcal	
		Alergénicos			Pode conter sulfitos, Glúten, Vestígios de Ovo., Vinagre, dióxido de enxofre, sulfitos, sem alergénicos, Glúten	
Quarta-feira	04 dez	Sopa	Creme de cenoura.			
		Prato			Perca com Arroz.	
		Vegetais			Alface, tomate, pepino	
		Sobremesa			Maçã.	
		Pão			Biju de mistura.	
		V. Calórico			747 Kcal	
		Alergénicos			Pescado, glúten, Vinagre, dióxido de enxofre, sulfitos, sem alergénicos, Glúten	
Quinta-feira	05 dez	Sopa	Caldo verde	Creme de cenoura.		
		Prato			Vitela assada, batata-frita e arroz.	Barritas de Pescada com Arroz.
		Vegetais			Alface, cenoura ,tomate.	Alface, cenoura ,tomate.
		Sobremesa			Maçã.	Laranja.
		Pão			Biju de mistura.	Biju de mistura.
		V. Calórico			1007 Kcal	765 Kcal
		Alergénicos			Vinagre, dióxido de enxofre, sulfitos, sem alergénicos, Glúten	Peixe, vestígios de ovo, leite, Vinagre, dióxido de enxofre, sulfitos, sem alergénicos, Glúten
Sexta-feira	06 dez	Sopa	Alho-francês.			
		Prato			Peixe Vermelho Assado com Batata Cozida.	
		Vegetais			Alface, Couve roxa, Pepino.	
		Sobremesa			Fruta Variada.	
		Pão			Biju de mistura.	
		V. Calórico			783 Kcal	
		Alergénicos			Pode conter sulfitos, (Peixe), Glúten	