



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:** 09-12-2024 a 15-12-2024

		Carne	Peixe	Outro
Segunda-feira 09 dez	Sopa		Legumes.	
	Prato		Filete de pescada panado com arroz de cenoura.	
	Vegetais		Alface, Tomate e Pepino.	
	Sobremesa		Banana.	
	Pão		Biju de mistura.	
	V. Calórico		759 Kcal	
	Alergénicos		Peixe, glúten, ovo, leite., sulfitos, dióxido de enxofre (vinagre), sem alergénicos, Glúten	
Terça-feira 10 dez	Sopa	Alho-francês.		
	Prato	Bife de frango, fiambre e queijo com massa cotovelo.		
	Vegetais	Alface, cenoura ,tomate.		
	Sobremesa	Laranja.		
	Pão	Biju de mistura.		
	V. Calórico	1009 Kcal		
	Alergénicos	Pode conter sulfitos, Glúten, vestígios de leite, ovo e soja., Vinagre, dióxido de enxofre, sulfitos, sem alergénicos, Glúten		
Quarta-feira 11 dez	Sopa	Alho-francês.		
	Prato	Pescada no Forno com Arroz Branco		
	Vegetais	Alface, Tomate e Pepino.		
	Sobremesa	Banana.		
	Pão	Biju de mistura.		
	V. Calórico	948 Kcal		
	Alergénicos	Pode conter sulfitos, Peixe, Glúten, sulfitos, dióxido de enxofre (vinagre), sem alergénicos, Glúten		
Quinta-feira 12 dez	Sopa	Creme de cenoura.	Abóbora e Feijão-seco.	
	Prato	Febra de porco com massa conchas.	Maruca cozida, massa riscada.	
	Vegetais	Alface, tomate, pepino	Alface, Cenoura, Couve Roxa.	
	Sobremesa	Pera.	Maçã.	
	Pão	Biju de mistura.	Biju de mistura.	
	V. Calórico	968 Kcal	894 Kcal	
	Alergénicos	Glúten, vestígios de ovo., Vinagre, dióxido de enxofre, sulfitos, sem alergénicos, Glúten	Peixe, vestígios de ovo e glúten, Poderá conter sulfitos., sem alergénicos, Glúten	

**EMENTAS DA SEMANA**

Entidade: Escola Secundária Emídio Garcia, Bragança

Ano Escolar: 2024/2025

Setor: RF-EG

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 09-12-2024 a 15-12-2024

		Carne	Peixe	Outro
<b>Sexta-feira</b> <b>13 dez</b>	Sopa		Canja de galinha.	
	Prato		Polvo cozido, Batata, Ovo e Couve.	
	Vegetais			
	Sobremesa		Filhoses e fruta variada.	
	Pão		Biju de mistura.	
	V. Calórico		1138 Kcal	
	Alergénicos		Poderá conter vestígios de ovo, Ovalbumina, sódio, crustáceos/moluscos, soja., Glúten, ovo, soja, frutos de casca rija., Glúten	