



**REPÚBLICA
PORTUGUESA**

EDUCAÇÃO

150587 - Escolas de Muralhas do Minho, Valença

Avenida da Juventude
4930-599 Valença do Minho

N.I.F: 600079244

Telefone: 251809760 E-mail: geral@muralhasdominho.com

**EMENTAS
SEMANA**

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica e Secundária de Muralhas do Minho, Valença

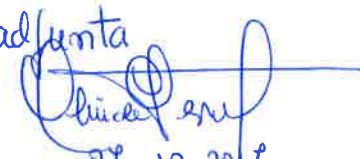
Ano Escolar: 2017/2018

Sector: Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 01-01-2018 a 07-01-2018

		Carne	Peixe	Dieta	Vegetariano
Quarta-feira	03 jan	Sopa	Sopa de hortaliça		Sopa de hortaliça
		Prato	Feveras de Porco de Tomatada c/ esparguete		Estufado de cogumelos com massa macarronete e jardineira de legumes
		Vegetais	Legumes salteados		
		Sobremesa	fruta variada		fruta variada
		Pão	Broa+pao		Broa+pao
		V. Calórico	512 Kcal		190 Kcal
		Alergénicos			
Quinta-feira	04 jan	Sopa		Creme de cenoura	Creme de cenoura
		Prato		Salmão Grelhado c/ ervas Aromáticas e batatas cozidas	Lentilhas Estufadas com salada Russa (batatas, ervilhas, feijão verde e cenoura)
		Vegetais		Legumes salteados	
		Sobremesa		fruta variada	fruta variada
		Pão		Broa+pao	Broa+pao
		V. Calórico		467 Kcal	365 Kcal
		Alergénicos			
Sexta-feira	05 jan	Sopa	Sopa Juliana		Sopa Juliana
		Prato	Vitela fatiada c/feijão preto e arroz		Favas guisadas com cenoura, curgete e couve lombarda
		Vegetais	Legumes salteados		
		Sobremesa	fruta variada		fruta variada
		Pão	Broa+pao		Broa+pao
		V. Calórico	428 Kcal		187 Kcal
		Alergénicos			

A adjunta

 27-12-2017