SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA
DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO
ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DAS LAJES DO PICO

ProSucesso

Ementa Escolar

2019/2020

Semana de 16 a 20 de Setembro

Oferta diária de pão. Bebida diária: água.

"A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: Cereais que contém glúten, crustáceos, ovos, amendoins, soja, leite, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, dióxido de enxofre e sulfitos, tremoço, moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos."

ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DAS LAJES DO PICO
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES

SEGUNDA-FEIRA

Sopa | **Regresso às aulas**

Prato e acompanhamento |

Fruta/Sobremesa |

TERÇA-FEIRA

Sopa | Juliana de legumes.

Prato e acompanhamento | Bacalhau à Gomes de Sá (bacalhau, batata, cebola, salsa e ovo), com salada de legumes (cenoura e milho).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

QUARTA-FEIRA

Sopa | Caldo verde.

Prato e acompanhamento | Bifes de porco com molho de tomate, arroz de legumes e salada (cenoura, tomate e alface).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

QUINTA-FEIRA

Sopa | Creme de alho-francês.

Prato e acompanhamento | Salada de massa lacinhos com atum, milho, cenoura e salada (alface e tomate).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

SEXTA-FEIRA

Sopa | Grão com hortaliças.

Prato e acompanhamento | Frango assado com arroz de tomate com salada (alface, cenoura e milho).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

Alice Leal Empresa em nome individual N.F:210060426 Nºtelemóvel:914260612 Email: aida_silva@hotmail.com

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA
DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO
ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DAS LAJES DO PICO

ProSucesso

Ementa Escolar

2019/2020

Semana de 23 a 27 de Setembro

Oferta diária de pão. Bebida diária: água.

"A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: Cereais que contém glúten, crustáceos, ovos, amendoins, soja, leite, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, dióxido de enxofre e sulfitos, tremoço, moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos."

SEGUNDA-FEIRA

Sopa | Creme de cenoura.

Prato e acompanhamento | Massada de peixe com salada (massa cotovelo, peixe variado, legumes, salsa).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

TERÇA-FEIRA

Sopa | Feijão com hortaliças.

Prato e acompanhamento | Strogonoff de frango com cogumelos, arroz e salada (repolho e cenoura).

Fruta/Sobremesa | Fruta/ Gelatina.

QUARTA-FEIRA

Sopa | creme de ervilhas.

Prato e acompanhamento | Douradinhos com batata assada e legumes salteados.

Fruta/Sobremesa | Fruta.

QUINTA-FEIRA

Sopa | Abóbora com espinafres.

Prato e acompanhamento | Rolo de carne com esparguete e salada (cenoura e ervilha).

Fruta/Sobremesa | Fruta

SEXTA-FEIRA

Sopa | Sopa bonita com ovo.

Prato e acompanhamento | Atum com salada russa (atum, batata, cenoura, ervilha, feijão verde).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

Alice Leal Empresa em nome individual N.F:210960426 Nºtelemóvel:914269613 Email: aida_silva@hotmail.com

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA
DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO
ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DAS LAJES DO PICO

ProSucesso

Ementa Escolar

2019/2020

Semana de 30 de Setembro a 4 de Outubro

Oferta diária de pão. Bebida diária: água.

"A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: Cereais que contém glúten, crustáceos, ovos, amendoins, soja, leite, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, dióxido de enxofre e sulfitos, tremoço, moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos."

ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DAS LAJES DO PICO
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES

SEGUNDA-FEIRA

Sopa | Couve-flor com cenoura ripada.

Prato e acompanhamento | Hambúrguer com esparguete e salada (alface, tomate).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

TERÇA-FEIRA

Sopa | Creme de feijão branco.

Prato e acompanhamento | Arroz de atum (arroz, atum, tomates, pimentos, milho).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

QUARTA-FEIRA

Sopa | Cenoura com nabiças.

Prato e acompanhamento | Carne de porco à jardineira (batatas, cenoura, ervilhas, feijão verde, molho de tomate).

Fruta/Sobremesa | Sobremesa láctea.

QUINTA-FEIRA

Sopa | Grão de bico com espinafres.

Prato e acompanhamento | Suflê de bacalhau (bacalhau, batata, ovo, cenoura, azeitona, salsa) com salada (alface e cenoura).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

SEXTA-FEIRA

Sopa | Creme de brócolos.

Prato e acompanhamento | Arroz à valenciana (carnes variadas, chouriço, ervilhas, legumes).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA
DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO
ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DAS LAJES DO PICO

ProSucesso

Ementa Escolar

2019/2020

Semana de 7 a 11 de Outubro

Oferta diária de pão. Bebida diária: água.

"A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: Cereais que contém glúten, crustáceos, ovos, amendoins, soja, leite, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, dióxido de enxofre e sulfitos, tremoço, moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos."

SEGUNDA-FEIRA

Sopa | Canja de galinha (sem miúdos, nem peles).

Prato e acompanhamento | Salada de atum e feijão-frade (atum,ovo, feijão-frade, espirais, cenoura).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

TERÇA-FEIRA

Sopa | Abóbora com fava.

Prato e acompanhamento | Strogonoff com esparguete e legumes salteados (repolho e cenoura).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

QUARTA-FEIRA

Sopa | Cenoura com agrião.

Prato e acompanhamento | Feijoada com arroz branco (feijão, carne, chouriço).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

QUINTA-FEIRA

Sopa | Creme de alface.

Prato e acompanhamento | Frango estufado com molho de tomate e esparguete e legumes (ervilha, cenoura e milho).

Fruta/Sobremesa | Gelatina.

SEXTA-FEIRA

Sopa | Feijão com nabiças.

Prato e acompanhamento | Filetes de peixe com batata e salada (alface, tomate).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA
DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO
ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DAS LAJES DO PICO

ProSucesso

Ementa Escolar

2019/2020

Semana de 14 a 18 de Outubro

Oferta diária de pão. Bebida diária: água.

"A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: Cereais que contém glúten, crustáceos, ovos, amendoins, soja, leite, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, dióxido de enxofre e sulfitos, tremoço, moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos."

SEGUNDA-FEIRA

Sopa | Creme de couve-flor.

Prato e acompanhamento | Arroz de peru com chouriço e bacon e salada (feijão, cenoura, ervilhas).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DAS LAJES DO PICO
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES

TERÇA-FEIRA

Sopa | Abóbora com ervilhas.

Prato e acompanhamento | Douradinhos de peixe no forno com salada russa.

Fruta/Sobremesa | Fruta.

QUARTA-FEIRA

Sopa | Creme de tomate.

Prato e acompanhamento | Carne de vaca estufada com arroz de legumes (jardineira).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

QUINTA-FEIRA

Sopa | Juliana de legumes.

Prato e acompanhamento | Carbonara de atum (atum, massa, milho).

Fruta/Sobremesa | Fruta.

SEXTA-FEIRA

Sopa | Feijão com couve lombarda.

Prato e acompanhamento | Pernas de frango assadas com pimentos e batata assada.

Fruta/Sobremesa | Sobremesa láctea.