

 REPÚBLICA PORTUGUESA EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E INOVAÇÃO	151208 - Agrupamento de Escolas Guerra Junqueiro - Freixo Espada à Cinta Rua Dr. Valentim Garcia, Nº 28 5180-126 FREIXO DE ESPADA À CINTA N.I.F: 600077829 Telefone: 279653452 E-mail: eb23freixo@gmail.com	EMENTAS SEMANA
---	--	---------------------------

EMENTAS DA SEMANA	Entidade: Escola Básica Guerra Junqueiro - Freixo de Espada à Cinta	Ano Escolar: 2025/2026
Sector: Refeitório AEFreixoEC	Tipo Refeição: Almoço	Semana: 24/11/2025 a 30/11/2025

		Carne	Peixe
Segunda-feira 24 nov	Sopa	Espinafres	
	Prato	Massa com frango	
	Vegetais	Salada Alface	
	Sobremesa	Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Glúten; Dióxido de enxofre e sulfitos	
Terça-feira 25 nov	Sopa		Canja
	Prato		Grão de bico / Bacalhau / Atum / Ovos
	Vegetais		Salada Mista
	Sobremesa		Fruta
	Pão		Pão de trigo
	V. Calórico		
	Alergénicos		Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quarta-feira 26 nov	Sopa	Caldo verde / legumes	
	Prato	Lombo assado / Arroz de cenoura	
	Vegetais	Salada Alface	
	Sobremesa	Pudim / Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos, Ovos; Leite	
Quinta-feira 27 nov	Sopa	Juliana	
	Prato	Bifanas / Massa cozida	
	Vegetais	Salada Mista	
	Sobremesa	Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Glúten; Dióxido de enxofre e sulfitos	
Sexta-feira 28 nov	Sopa		Abóbora
	Prato		Douradinhos / Solha / Arroz de macedónia
	Vegetais		Salada Alface
	Sobremesa		Fruta
	Pão		Pão de trigo
	V. Calórico		
	Alergénicos		Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos