



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: 13/04/2026 a 19/04/2026

		Carne	Peixe
Segunda-feira <b>13 abr</b>	Sopa		Abóbora
	Prato		Filetes panados/ arroz de tomate
	Vegetais		Salada Alface
	Sobremesa		Fruta
	Pão		Pão de trigo
	V. Calórico		
	Alergénicos		Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos
Terça-feira <b>14 abr</b>	Sopa	Espinafres	
	Prato	Rancho	
	Vegetais	Salada Mista	
	Sobremesa	Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Glúten; Dióxido de enxofre e sulfitos	
Quarta-feira <b>15 abr</b>	Sopa	Caldo verde / legumes	
	Prato	Frango estufado com cogumelos / batata cozida	
	Vegetais	Salada Alface	
	Sobremesa	Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Dióxido de enxofre e sulfitos	
Quinta-feira <b>16 abr</b>	Sopa		Canja
	Prato		Empadão de peixe
	Vegetais		Salada Mista
	Sobremesa		Fruta
	Pão		Pão de trigo
	V. Calórico		
	Alergénicos		Ovos; Peixes; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos
Sexta-feira <b>17 abr</b>	Sopa	Juliana	
	Prato	Lombo de porco assado / massa cozida	
	Vegetais	Salada Alface	
	Sobremesa	Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Glúten; Dióxido de enxofre e sulfitos	