



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: 04/05/2026 a 10/05/2026

		Carne	Peixe
Segunda-feira	04 mai	Sopa	Espinafres
		Prato	Puré / vitela estufada
		Vegetais	Salada Alface
		Sobremesa	Fruta
		Pão	Pão de trigo
		V. Calórico	
		Alergénicos	Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos
Terça-feira	05 mai	Sopa	Abóbora
		Prato	Douradinhos / filetes / arroz de legumes
		Vegetais	Salada Mista
		Sobremesa	Fruta
		Pão	Pão de trigo
		V. Calórico	
		Alergénicos	Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quarta-feira	06 mai	Sopa	Legumes
		Prato	Massa à Bolonhesa
		Vegetais	Salada Alface
		Sobremesa	Gelatina / Fruta
		Pão	Pão de trigo
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Quinta-feira	07 mai	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
Sexta-feira	08 mai	Sopa	Creme de Cenoura
		Prato	Misto de carnes grelhadas / massa com feijão
		Vegetais	Salada Alface
		Sobremesa	Fruta
		Pão	Pão de trigo
		V. Calórico	
		Alergénicos	Glúten; Dióxido de enxofre e sulfitos