



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E INOVAÇÃO

**151208 - Agrupamento de Escolas Guerra Junqueiro
- Freixo Espada à Cinta**

Rua Dr. Valentim Garcia, N° 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: 08/06/2026 a 14/06/2026

		Carne	Peixe
Segunda-feira 08 jun	Sopa	Creme de Cenoura	
	Prato	Massa com frango	
	Vegetais	Salada Alface	
	Sobremesa	Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Glúten; Dióxido de enxofre e sulfitos	
Terça-feira 09 jun	Sopa	Caldo verde / legumes	
	Prato	Empadão de Carne / Grelhada Mista	
	Vegetais	Salada Mista	
	Sobremesa	Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Ovos; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos	
Quinta-feira 11 jun	Sopa		Espinafres
	Prato		Salmão / arroz de cenoura
	Vegetais		Salada Alface
	Sobremesa		Fruta
	Pão		Pão de trigo
	V. Calórico		
	Alergénicos		Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos
Sexta-feira 12 jun	Sopa	Bróculos	
	Prato	Perú Estufado / Massa Cozida	
	Vegetais	Salada Mista	
	Sobremesa	Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Sulfitos, Glúten	