



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: 22/06/2026 a 28/06/2026

		Carne	Peixe
Segunda-feira 22 jun	Sopa	Espinafres	
	Prato	Massa com vitela	
	Vegetais	Salada Alface	
	Sobremesa	Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Glúten; Dióxido de enxofre e sulfitos	
Terça-feira 23 jun	Sopa		Abóbora
	Prato		Salmão / arroz de cenoura
	Vegetais		Salada Mista
	Sobremesa		Fruta
	Pão		Pão de trigo
	V. Calórico		
	Alergénicos		Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quarta-feira 24 jun	Sopa	Legumes	
	Prato	Arroz de pato no forno	
	Vegetais	Salada Alface	
	Sobremesa	Pudim / Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Ovos; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos, Ovos; Leite	
Quinta-feira 25 jun	Sopa	Feijão Verde	
	Prato	Lombo de porco no forno / massa de feijão	
	Vegetais	Salada Alface	
	Sobremesa	Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Glúten; Dióxido de enxofre e sulfitos	
Sexta-feira 26 jun	Sopa		Creme de Cenoura
	Prato		Salada russa
	Vegetais		Salada Alface
	Sobremesa		Fruta
	Pão		Pão de trigo
	V. Calórico		
	Alergénicos		Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos