

 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: 2026/2027
Sector: Refeitório AEFreixoEC	Tipo Refeição: Almoço	Semana: 14/09/2026 a 20/09/2026

		Carne	Peixe
Segunda-feira 14 set	Sopa	Legumes	
	Prato	Massa à bolonhesa	
	Vegetais	Salada Alface	
	Sobremesa	Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Glúten; Dióxido de enxofre e sulfitos	
Terça-feira 15 set	Sopa		Abóbora
	Prato		Douradinhos / filetes de pescada / arroz
	Vegetais		Salada Mista
	Sobremesa		Fruta
	Pão		Pão de trigo
	V. Calórico		
	Alergénicos		Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quarta-feira 16 set	Sopa	Brocolos	
	Prato	Rancho	
	Vegetais	Salada Alface	
	Sobremesa	Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Glúten; Dióxido de enxofre e sulfitos	
Quinta-feira 17 set	Sopa	Feijão Verde	
	Prato	Salteado de legumes / entremeada	
	Vegetais	Salada Mista	
	Sobremesa	Fruta	
	Pão	Pão de trigo	
	V. Calórico		
	Alergénicos	Dióxido de enxofre e sulfitos	
Sexta-feira 18 set	Sopa		Creme de Cenoura
	Prato		Massada de peixe
	Vegetais		Salada Alface
	Sobremesa		Fruta
	Pão		Pão de trigo
	V. Calórico		
	Alergénicos		Glúten; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos