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

Setor: Refeitório AEFreixoEC **Tipo Refeição:** Almoço **Semana:** 30/11/2026 a 06/12/2026

			Carne	Peixe
Segunda-feira	30 nov	Sopa		Abóbora
		Prato		Feijão frade / atum / ovos
		Vegetais		Salada Alface
		Sobremesa		Fruta
		Pão		Pão de trigo
		V. Calórico		
		Alergénicos		Ovos; Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quarta-feira	02 dez	Sopa	Espinafres	
		Prato	Bife de perú / molho de cogumelos / massa cozida	
		Vegetais	Salada Mista	
		Sobremesa	Fruta	
		Pão	Pão de trigo	
		V. Calórico		
		Alergénicos	Glúten; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos	
Quinta-feira	03 dez	Sopa		Legumes
		Prato		Pescada / arroz de ervilhas
		Vegetais		Salada Alface
		Sobremesa		Fruta
		Pão		Pão de trigo
		V. Calórico		
		Alergénicos		Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos
Sexta-feira	04 dez	Sopa	Alho Francês	
		Prato	Jardineira de carne	
		Vegetais	Salada Mista	
		Sobremesa	Fruta	
		Pão	Pão de trigo	
		V. Calórico		
		Alergénicos	Dióxido de enxofre e sulfitos	