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:** 09/11/2026 a 15/11/2026

			Carne	Peixe
Segunda-feira	09 nov	Sopa	Feijão Verde	
		Prato	Massa carbonara	
		Vegetais	Salada Alface	
		Sobremesa	Fruta	
		Pão	Pão de trigo	
		V. Calórico		
		Alergénicos	Glúten; Leite; Dióxido de enxofre e sulfitos	
Terça-feira	10 nov	Sopa		Agrião
		Prato		Peixe vermelho no forno / arroz de legumes
		Vegetais		Salada Mista
		Sobremesa		Fruta
		Pão		Pão de trigo
		V. Calórico		
		Alergénicos		Peixes; Dióxido de enxofre e sulfitos
Quarta-feira	11 nov	Sopa	Creme de legumes	
		Prato	Rancho	
		Vegetais	Salada Alface	
		Sobremesa	Fruta	
		Pão	Pão de trigo	
		V. Calórico		
		Alergénicos	Glúten; Dióxido de enxofre e sulfitos	
Sexta-feira	13 nov	Sopa	Caldo verde / legumes	
		Prato	Entrecosto e costeletas de porco / massa de feijão	
		Vegetais	Salada Alface	
		Sobremesa	Fruta	
		Pão	Pão de trigo	
		V. Calórico		
		Alergénicos	Glúten; Dióxido de enxofre e sulfitos	