Ementa Agrupamento de Escolas Pinheiro e Rosa

Almoço Refeição Normal

16/11/2026 - Segunda-feira		Alergénicos
Sopa:	#Macedónia de legumes	
Prato 1:	º Massa gratinada(cotovelo) de atum e pimento, salada: alface, pepino e tomate	1, 4, 7
Sobremesa:	# Banana, pera e laranja	

17/11/2026 - Terça-feira		Alergénicos
Sopa:	#Nabiça com feijão-frade	
Prato 1:	º Strogonoff de frango com arroz branco, salada: alface, couve em juliana, milho	7
Sobremesa:	º Dióspiro, kiwi, maçã	

18/11/2026 - Quarta-feira		Alergénicos
Sopa:	#Creme de tomate com ervilhas	
Prato 1:	#Massada de salmão com coentros salada de alface,milho e tomate	1, 3, 4, 7
Sobremesa:	# Tangerina, maçã e banana	

19/11/2026 - Quinta-feira		Alergénicos
Sopa:	#Feijão vermelho com couve portuguesa	
Prato 1:	#Carne de porco à portuguesa salada de alface,beterraba e pepino	12
Sobremesa:	#Clementina, maçã e pera	

20/11/2026 - Sexta-feira		Alergénicos
Sopa:	#creme de alho francês com couve-flor	
Prato 1:	ºLombos de pescada no tacho com arroz de cenoura, salada couve-de-bruxelas, milho e tomate	4
Sobremesa:	# Abacaxi, tangerina e maçã	

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Ementa Agrupamento de Escolas Pinheiro e Rosa

Almoço Refeição Vegetariana

16/11/2026 - Segunda-feira		Alergénicos
Sopa:	#Macedónia de legumes	
Prato 1:	#Salada de feião-frade, batatas,cenoura,feijão-verde com salada de alface,pepino e tomate	12
Sobremesa:	# Banana, pera e laranja	

17/11/2026 - Terça-feira		Alergénicos
Sopa:	#Nabiça com feijão-frade	
Prato 1:	º Strogonoff de seitan com arroz branco, salada:alface, couve em juliana e milho	1, 6
Sobremesa:	º Dióspiro, kiwi, maçã	

18/11/2026 - Quarta-feira		Alergénicos
Sopa:	#Creme de tomate com ervilhas	
Prato 1:	#Massada de feijão preto com cogumelos e coentros salada de alface,milho e tomate	1
Sobremesa:	# Tangerina, maçã e banana	

19/11/2026 - Quinta-feira		Alergénicos
Sopa:	#Feijão vermelho com couve portuguesa	
Prato 1:	#cogumelos com favas à portuguesa salada de alface,beterraba e pepino	
Sobremesa:	# Clementina, maçã e pera	

20/11/2026 - Sexta-feira		Alergénicos
Sopa:	#creme de alho francês com couve-flor	
Prato 1:	#Feijão branco estufado c/curgete e couve lombarda, arroz de feijão verde salada de couve-de-bruxelas,milho e tomate	
Sobremesa:	# Abacaxi, tangerina e maçã	

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos