



MUNICÍPIO DE BARRANCOS
Unidade de Ação Sociocultural

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE BARRANCOS

REFEITÓRIO ESCOLAR – ANO LETIVO 2025/2026

EMENTA N.º 02

SEMANA DE 22 a 26 de setembro de 2025

SEGUNDA-FEIRA

SOPA	Sopa de couve-flor
PRATO	Bife de frango panado com massa espiral (1)
SALADA	Salada de alface e tomate
SOBREMESA	Fruta da época

TERÇA-FEIRA

SOPA	Sopa de alho-francês
PRATO	Lulas estufadas em molho de tomate com arroz (14)
SALADA	Salada de alface e pimento
SOBREMESA	Fruta da época

QUARTA-FEIRA

SOPA	Sopa de repolho
PRATO	Carne guisada com batatinhas
SALADA	Salada de alface e cenoura ralada
SOBREMESA	Fruta da época

QUINTA-FEIRA

SOPA	Sopa de coentros com ovo (3)
PRATO	Pescada frita com arroz de cenoura (4)
SALADA	Salada de alface, tomate e cebola
SOBREMESA	Fruta da época

SEXTA-FEIRA

SOPA	Sopa de legumes
PRATO	Cozido de grãos
SALADA	Salada de alface e tomate
SOBREMESA	Fruta da época

EM TODAS AS REFEIÇÕES É DISPONIBILIZADO PÃO TIPO ALENTEJANO (1) E ÁGUA.

ALÉRGENIOS - Lista de alérgenos de acordo com Regulamento n.º 1169/2011: 1- Cereais que contêm glúten; 2- Crustáceos; 3- Ovos; 4- Peixe; 5- Amendoim; 6- Soja; 7- Leite; 8- Frutos de casca rijas; 9- Aipo; 10- Mostarda; 11- Sésamo; 12- Dióxido de enxofre e sulfitos; 13- Tremço; 14- Moluscos; *V pode conter VESTÍGIOS.

Elaborada por: Antónia Godinho, em colaboração com a UASC.

Obs: Ementa sujeita a alterações.