



MUNICÍPIO DE BARRANCOS
Unidade de Ação Sociocultural

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE BARRANCOS

REFEITÓRIO ESCOLAR – ANO LETIVO 2025/2026

EMENTA N.º 03

SEMANA DE 29 de setembro a 03 de outubro de 2025

SEGUNDA-FEIRA

- SOPA** Creme de cenoura
- PRATO** Filetes de pescada com arroz (4)
- SALADA** Salada de alface, tomate e pimento
- SOBREMESA** Fruta da época

TERÇA-FEIRA

- SOPA** Sopa de coentros com ovo (3)
- PRATO** Carne de porco à portuguesa
- SALADA** Salada de alface e cenoura ralada
- SOBREMESA** Fruta da época

QUARTA-FEIRA

- SOPA** Sopa de brócolos
- PRATO** Massa com atum (1, 4)
- SALADA** Salada de alface, tomate e cebola
- SOBREMESA** Fruta da época

QUINTA-FEIRA

- SOPA** Sopa de alho-francês
- PRATO** Frango no forno com batatinhas
- SALADA** Salada de alface, tomate e pimento
- SOBREMESA** Fruta da época

SEXTA-FEIRA

- SOPA** Sopa de feijão-verde
- PRATO** Meia desfeita de bacalhau (3, 4)
- SALADA** Salada de alface e cenoura ralada
- 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 contém 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.