



MUNICÍPIO DE BARRANCOS
Unidade de Ação Sociocultural

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE BARRANCOS

REFEITÓRIO ESCOLAR – ANO LETIVO 2025/2026

EMENTA N.º 04

SEMANA DE 06 a 10 de outubro de 2025

SEGUNDA-FEIRA

- SOPA** Sopa de espinafres
- PRATO** Massa espiral com fiambre e queijo (1, 7)
- SALADA** Salada de alface, tomate e cenoura ralada
- SOBREMESA** Fruta da época

TERÇA-FEIRA

- SOPA** Sopa de legumes
- PRATO** Bacalhau à Gomes de Sá (3, 4)
- SALADA** Salada de alface, tomate e pimento
- SOBREMESA** Fruta da época

QUARTA-FEIRA

- SOPA** Sopa de coentros com ovo (3)
- PRATO** Feijoada com cogumelos
- SALADA** Salada de alface, tomate e cebola
- SOBREMESA** Fruta da época

QUINTA-FEIRA

- SOPA** Sopa de feijão-verde
- PRATO** Massada de Peixe (1, 4)
- SALADA** Salada de alface, tomate e cenoura ralada
- SOBREMESA** Fruta da época

SEXTA-FEIRA

- SOPA** Sopa de repolho
- PRATO** Entrecosto no forno com arroz
- 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 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.