



**MUNICÍPIO DE BARRANCOS**  
Unidade de Ação Sociocultural

**AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE BARRANCOS**

**REFEITÓRIO ESCOLAR – ANO LETIVO 2025/2026**

**EMENTA N.º 22**

SEMANA DE 23 a 27 de fevereiro de 2026

SEGUNDA-FEIRA

**SOPA** Sopa de curgete

**PRATO** Bifes de frango de tomatada com massa e brócolos (1)

**SALADA** Salada de alface e tomate

**SOBREMESA** Fruta da época

TERÇA-FEIRA

**SOPA** Creme de coentros

**PRATO** Pescada cozida com legumes e ovos (3, 4)

**SALADA** Salada de alface, tomate e pimento

**SOBREMESA** Fruta da época/ Leite creme

QUARTA-FEIRA

**SOPA** Sopa de grão com espinafres

**PRATO** Vitela guisada com massa

**SALADA** Salada de alface e cenoura ralada

**SOBREMESA** Fruta da época

QUINTA-FEIRA

**SOPA** Sopa de feijão-verde

**PRATO** Peixe frito com arroz de tomate (4)

**SALADA** Salada de alface e tomate e cebola

**SOBREMESA** Fruta da época

SEXTA-FEIRA

**SOPA** Sopa de legumes

**PRATO** Cachaço estufado com batatas (1)

**SALADA** Salada de alface e pimento

**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.