

**EMENTAS DA SEMANA**

**Entidade:** Escola Básica e Secundária de Moimenta da Beira

**Ano Escolar:** 2025/2026

**Sector:** Refeitório EB1

**Tipo Refeição:** Almoço

**Semana:** 15/09/2025 a 21/09/2025

		Carne	Peixe
Segunda-feira	15 set	Sopa	Curgete
		Prato	Salada Russa
		Vegetais	Salada mista
		Sobremesa	Gelatina
		Pão	Pão de mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Terça-feira	16 set	Sopa	Abóbora
		Prato	Almôndegas com esparguete
		Vegetais	Salada mista
		Sobremesa	Fruta variada
		Pão	Pão de mistura
		V. Calórico	12 Kcal
		Alergénicos	Dióxido de enxofre e sulfitos
Quarta-feira	17 set	Sopa	Cebola
		Prato	Peixe assado com batata
		Vegetais	legumes cozidos
		Sobremesa	Fruta variada
		Pão	Pão de mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Quinta-feira	18 set	Sopa	Legumes
		Prato	Carne de porco à alentejana
		Vegetais	Salada mista
		Sobremesa	Fruta variada
		Pão	Pão de mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Sexta-feira	19 set	Sopa	Espinafres
		Prato	Solha com feijão frade
		Vegetais	Tomate
		Sobremesa	Fruta variada
		Pão	Pão de mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	