



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E INOVAÇÃO

**135537 - Agrupamento de Escolas Manuel Ferreira
Patrício**

Av. Eng. Arantes de Oliveira

7000-758 Évora

N.I.F: 600079180

Telefone: 266 750 050 E-mail: geral@aemfp.pt

**EMENTAS
SEMANA**

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica Manuel Ferreira Patrício

Ano Escolar: 2024/2025

Sector: Refeitório - Manuel Ferreira Patrício

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 06/01/2025 a 12/01/2025

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	06 jan	Sopa	Creme de Couve-Flor e Cenoura	Creme de Couve-Flor e Cenoura
		Prato	Filetes de Pescada em Molho de Tomate com Puré de Batata	Seitan em Molho de Tomate com Puré de Batata
		Vegetais	Salada de Alface, Cenoura e Couve-Roxa	Salada de Alface, Cenoura Ralada e Couve-Roxa
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	07 jan	Sopa	Sopa de Agrião	Sopa de Agrião
		Prato	Arroz no Forno com Frango	Couscous de Legumes
		Vegetais	Salada com Alface, Cenoura Ralada e Couve-Roxa	Salada com Alface, Cenoura Ralada e Couve-Roxa
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	08 jan	Sopa	Açorda de Alho (pescada, ovo e pão)	Açorda de Alho Vegetariana
		Prato	Açorda de Alho (pescada, ovo, pão)	Açorda de Alho Vegetariana
		Vegetais	Salada de Alface	Salada de Alface
		Sobremesa	Fruta da Época / Gelatina	Fruta da Época / Gelatina
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos	Ovos; Peixes	
Quinta-feira	09 jan	Sopa	Sopa de Nabijas com Grão	Sopa de Nabijas com Grão
		Prato	Porco Estufado com Massinhas	Soja Estufada com Massinhas
		Vegetais	Salada com Rúcula, Pepino e Tomate	Salada com Rúcula, Pepino e Tomate
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	10 jan	Sopa	Creme de Feijão Verde	Creme de Feijão Verde
		Prato	Douradinhos no Forno com Arroz de Cenoura	Tofu Salteado com Arroz de Cenoura
		Vegetais	Salada de Alface, Beterraba e Agrião	Salada de Alface, Beterraba e Agrião
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		

** a ementa pode sofrer alteração.



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E INOVAÇÃO

**135537 - Agrupamento de Escolas Manuel Ferreira
Patrício**

Av. Eng. Arantes de Oliveira

7000-758 Évora

N.I.F: 600079180

Telefone: 266 750 050 E-mail: geral@aemfp.pt

**EMENTAS
SEMANA**

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica da Cruz da Picada, Évora

Ano Escolar: 2024/2025

Sector: Refeitório - Cruz da Picada

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 06/01/2025 a 12/01/2025

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	06 jan	Sopa	Creme de Couve-Flor e Cenoura	Creme de Couve-Flor e Cenoura
		Prato	Filetes de Pescada em Molho de Tomate com Puré de Batata	Seitan em Molho de Tomate com Puré de Batata
		Vegetais	Salada de Alface, Cenoura e Couve-Roxa	Salada de Alface, Cenoura Ralada e Couve-Roxa
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	07 jan	Sopa	Sopa de Agrião	Sopa de Agrião
		Prato	Arroz no Forno com Frango	Couscous de Legumes
		Vegetais	Salada com Alface, Cenoura Ralada e Couve-Roxa	Salada com Alface, Cenoura Ralada e Couve-Roxa
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	08 jan	Sopa	Açorda de Alho (pescada, ovo e pão)	Açorda de Alho Vegetariana
		Prato	Açorda de Alho (pescada, ovo, pão)	Açorda de Alho Vegetariana
		Vegetais	Salada de Alface	Salada de Alface
		Sobremesa	Fruta da Época / Gelatina	Fruta da Época / Gelatina
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos	Ovos; Peixes	
Quinta-feira	09 jan	Sopa	Sopa de Nabijas com Grão	Sopa de Nabijas com Grão
		Prato	Porco Estufado com Massinhas	Soja Estufada com Massinhas
		Vegetais	Salada com Rúcula, Pepino e Tomate	Salada com Rúcula, Pepino e Tomate
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	10 jan	Sopa	Creme de Feijão Verde	Creme de Feijão Verde
		Prato	Douradinhos no Forno com Arroz de Cenoura	Tofu Salteado com Arroz de Cenoura
		Vegetais	Salada de Alface, Beterraba e Agrião	Salada de Alface, Beterraba e Agrião
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		

** a ementa pode sofrer alteração.