



Escolas | João de Araújo Correia

REFEITÓRIO

Ementa | Almoço

Semana de 21/09/2026 a 25/09/2026

DIA 21/09/2026 • SEGUNDA-FEIRA

Peixe

Sopa	Juliana de legumes
Prato	Massa de atum gratinada (atum, cenoura, milho e queijo) ^{1,4,7}
Salada	Alface e tomate
Sobremesa	Fruta da época

DIA 22/09/2026 • TERÇA-FEIRA

Carne

Sopa	Brócolos
Prato	Carne de vitela estufada com arroz branco
Salada	Alface, rúcula e cenoura
Sobremesa	Fruta da época

DIA 23/09/2026 • QUARTA-FEIRA

Peixe

Sopa	Curgete
Prato	Lombo de salmão no forno com batata a murro ⁴
Salada	Salteado de repolho e cenoura
Sobremesa	Gelatina ^{1,6,7,8,12} / Fruta da época

DIA 24/09/2026 • QUINTA-FEIRA

Carne

Sopa	Couve-lombarda e feijão vermelho
Prato	Frango no forno com esparguete ¹
Salada	Alface, tomate e cebola
Sobremesa	Fruta da época

DIA 25/09/2026 • SEXTA-FEIRA

Peixe

Sopa	Abóbora
Prato	Solha no forno com arroz de tomate ⁴
Salada	Alface e couve-roxa
Sobremesa	Fruta da época

Ementa sujeita a alteração

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: (1) Cereais que contêm glúten, (2) Crustáceos, (3) Ovos, (4) Peixe e produtos à base de peixe, (5) Amendoins, (6) Soja, (7) Leite, (8) Frutos de casca rija, (9) Aipo, (10) Mostarda, (11) Sementes de sésamo, (12) Dióxido de enxofre e sulfitos, (13) Tremoço, (14) Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.