Escolas | **João de Araújo Correia**

3.11.26

AEJAC

Agrupamento de Escolas João de Araújo Correia

Código 152780

Peso da Régua

☐ REFEITÓRIO

Ementa | Almoço

Semana de 16/11/2026 a 20/11/2026

DIA 16/11/2026 SEGUNDA-FEIRA	
Peixe	
Sopa	Creme de cenoura e ervilhas
Prato	Douradinhos de pescada no forno com arroz de tomate [1,3,4,7,11,12]
Salada	Alface, tomate e cebola
Sobremesa	Fruta da época

DIA 17/11/2026 TERÇA-FEIRA	
Carne	
Sopa	Nabo
Prato	Frango estufado (cenoura, grão-de-bico, couve-lombarda) com massa macarrão [1,12]
Salada	Alface, rúcula e couve-roxa
Sobremesa	Fruta da época

DIA 18/11/2026 QUARTA-FEIRA	
Peixe	
Sopa	Couve-flor
Prato	Peixe vermelho no forno com batata assada [4]
Salada	Salteado de feijão-verde, repolho e cenoura
Sobremesa	Fruta da época

DIA 19/11/2026 QUINTA-FEIRA	
Carne	
Sopa	Creme de curgete e feijão manteiga
Prato	Arroz de pato [1,7]
Salada	Alface, tomate e cenoura
Sobremesa	Fruta da época

DIA 20/11/2026 SEXTA-FEIRA	
Peixe	
Sopa	Alho-francês
Prato	Bacalhau à Brás (bacalhau, cebola, ovo, batata) [3,4]
Salada	Alface e pepino
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.