Escolas | João de Araújo Correia

REFEITÓRIO

Ementa | Almoço

Semana de 30/11/2026 a 04/12/2026

DIA 30/11/2026 • SEGUNDA-FEIRA

Carne	
Sopa	Couve-flor e feijão branco
Prato	Esparguete à bolonhesa (carne de vaca picada estufada, cenoura, tomate, esparguete) [1]
Salada	Alface, rúcula e cebola
Sobremesa	Fruta da época

DIA 01/12/2026 • TERÇA-FEIRA

FERIADO

DIA 02/12/2026 • QUARTA-FEIRA

Peixe	
Sopa	Espinafres com grão
Prato	Massa de atum gratinada (atum, cenoura, milho e queijo) [1,4,7]
Salada	Alface e tomate
Sobremesa	Fruta da época

DIA 03/12/2026 • QUINTA-FEIRA

Carne	
Sopa	Alho-francês
Prato	Roti de peru assado com arroz de ervilhas
Salada	Alface, cenoura e couve-roxa
Sobremesa	Fruta da época

DIA 04/12/2026 • SEXTA-FEIRA

Peixe	
Sopa	Creme de cenoura
Prato	Arroz de marisco [1,2,4,7,12,14]
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.