

135203 - Agrupamento de Escolas de Avis

Estrada Nacional 244 7480-115 Avis N.I.F: 600082253

Telefone: 242410120 E-mail: diretor@aeavis.pt

EMENTAS SEMANA

Ano Escolar: 2025/2026

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Avis

Setor: Município - RefeitórioTipo Refeição: AlmoçoSemana: 27/10/2025 a 02/11/2025

			Carne	Peixe	Vegetariano
	27 out	Sopa		Courgettes (creme)	Courgettes (creme)
il a		Prato		Calamares com Arroz de Cenoura	Legumes Salteados com Arroz de Cenoura
Segunda-feira		Vegetais		Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa		Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão		Pão	Pão
ฆั		V. Calórico			
		Alergénicos			
	28 out	Sopa	Nabiça		Nabiça
_		Prato	Esparguete à Bolonhesa		Bolonhesa Vegetariana com espargue
<u> </u>		Vegetais	Salada (3 ingredientes)		Salada (3 ingredientes)
<u></u>		Sobremesa	Fruta da Época		Fruta da Época
l erça-teıra		Pão	Pão		Pão
		V. Calórico			
		Alergénicos			
	29 out	Sopa		Abóbora com Massinhas (creme)	Abóbora com massinhas
m		Prato		Cação Frito com arroz de tomate	Tofu no Forno com Natas Vegan
ē		Vegetais		Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
<u>ta</u>		Sobremesa		Fruta da Época / Arroz Doce	Fruta da Época
Quarta-feira		Pão		Pão	Pão
Ō		V. Calórico			
		Alergénicos			
	30 out	Sopa	Espinafres (puré)		Espinafres (puré)
<u>ত</u>		Prato	Lombo de Porco no forno com Puré de Batata		Bife de Seitan grelhado com batata cozida
Quinta-feira		Vegetais	Salada (3 ingredientes)		Salada (3 ingredientes)
ı ta		Sobremesa	Fruta da Época		Fruta da Época
ਡ਼ੋ∣		Pão	Pão		Pão
ا		V. Calórico			
		Alergénicos			
	31 out	Sopa		Feijão (creme)	Feijão (creme)
ia 		Prato		Lulas com molho de tomate e arroz branco	Legumes cozidos com grão
<u>ē</u>		Vegetais		Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
Sexta-feira		Sobremesa		Fruta da Época	Fruta da Época
Se		Pão		Pão	Pão
0,		V. Calórico			
		Alergénicos			

Impresso em: 20/10/2025 10:48:25 MAES001.1 Página 1 de 1