



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E INOVAÇÃO

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**

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Avis

Ano Escolar: 2025/2026

Sector: Município - Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 13/04/2026 a 19/04/2026

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	13 abr	Sopa	Legumes Filetes de pescada com arroz de cenoura Salada (3 ingredientes) Fruta da Época Pão	Legumes
		Prato		Hambúrger Vegan Quinoa Kale com Arroz Cenoura
		Vegetais		Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa		Fruta da Época
		Pão		Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	14 abr	Sopa	Juliana	Juliana
		Prato		Carne de Porco Estufada com massa
		Vegetais		Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa		Fruta da Época
		Pão		Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	15 abr	Sopa	Grão com Agrião (creme) Perca no Forno com Batata Assada Salada (3 ingredientes) Fruta da Época Pão	Grão com Agrião (creme)
		Prato		Legumes Assados no Forno com Batatas
		Vegetais		Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa		Fruta da Época
		Pão		Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	16 abr	Sopa	Canja de galinha Frango em molho de Tomate com massa Salada (3 ingredientes) Fruta da Época Pão	Canja Vegan
		Prato		Legumes Gratinados com Massa
		Vegetais		Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa		Fruta da Época
		Pão		Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	17 abr	Sopa	Feijão Verde Bacalhau à Brás Salada (3 ingredientes) Fruta da Época Pão	Couve Ripada
		Prato		Legumes à Brás
		Vegetais		Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa		Fruta da Época
		Pão		Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		