



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

Setor: Município - Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 04-05-2026 a 10-05-2026

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	04 mai	Sopa	Legumes	Legumes
		Prato	Douradinhos no forno c/arroz de cenoura	Hambúrger Vegan Texas com Arroz de Cenoura
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
Alergénicos				
Terça-feira	05 mai	Sopa	Feijão Verde	Juliana
		Prato	Bife de Perú com molho de açafrão e esmagada de batata e cenoura	Seitan Estufado com Massa
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
Alergénicos				
		 <p>Dia Mundial da Língua Portuguesa</p>		
Quarta-feira	06 mai	Sopa	Espinafres (puré)	Espinafres (puré)
		Prato	Massada de Peixe	Massada de Legumes
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época/Gelatina	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
Alergénicos				
Quinta-feira	07 mai	Sopa	Cenoura com massinhas (puré)	Cenoura com massinhas (puré)
		Prato	Arroz de Pato	Legumes Gratinados com Massa
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
Alergénicos				
Sexta-feira	08 mai	Sopa	Brócolos (Creme)	Brócolos (Creme)
		Prato	Bacalhau Assado com Batatas	Legumes Assados no Forno com Batatas
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
Alergénicos				