



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: 25/05/2026 a 31/05/2026

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	25 mai	Sopa	Legumes	Legumes
		Prato	Lasanha	Lasanha de Legumes
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	26 mai	Sopa	Nabiça	Nabiça
		Prato	Batata cozida com Atum, ovo e feijão frade	Feijão-frade com batata e cenoura cozida
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	27 mai	Sopa	Brócolos (Creme)	Brócolos (Creme)
		Prato	Entrecosto Assado no forno com arroz de coentros	Bife de Seitan com Arroz de Cenoura
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	28 mai	Sopa	Juliana	Juliana
		Prato	Bacalhau com Natas	Legumes à Brás
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	29 mai	Sopa	Courgettes (creme)	Courgettes (creme)
		Prato	Bifes de Frango com molho de Salsa e Massa	Hambúrger Vegan Quinoa Kale com massa
		Vegetais	Salada (3 ingredientes)	Salada (3 ingredientes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		