

ANO LETIVO 2024/2025



SEMANA 10/02/2025 14/02/2025

(sujeito a alterações)

	2ª FEIRA - 10	3ª FEIRA – 11	4ª FEIRA – 12	5ª FEIRA – 13	6ª FEIRA – 14
SOPA	Creme de abóbora e alface	Couve flor com cenoura ripada	Brócolos	Alho Francês	Juliana
PRATO	Filetes panados com salada de massa	Feijoada com arroz branco	Bacalhau à Brás	Jardineira de frango	Bolonhesa de atum
PRATO VEGETARIANO a)	Lasanha de legumes	Salada de legumes e cogumelos salteados	Bolonhesa de legumes	Feijoada com cenoura e arroz	Strogonoff de cogumelos e arroz
	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)
SOBREMESA	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

a) Não há registos de alunos exclusivamente vegetarianos.

O Conselho Executivo	EM VIGOR DE 10/02/2025 a 14/02/2025
-----------------------------	--

ANO LETIVO 2024/2025



SEMANA 17/02/2025 a 21/02/2025 (sujeito a alterações)

	2ª FEIRA – 17	3ª FEIRA – 18	4ª FEIRA – 19	5ª FEIRA – 20	6ª FEIRA – 21
SOPA	Creme de cenoura	Feijão com hortaliças	Creme de ervilhas	Canja s/ miúdos	Tomate
PRATO	Ervilhas estufadas com ovo, cenoura e chouriço	Bolonhesa de carne de novilho	Empadão de atum com legumes	Febras com arroz de tomate	Salada Primavera
PRATO VEGETARIANO a)	<i>Massa com salteado de cogumelos, pimentos e ervilha</i>	<i>Curgete assada recheada com macedónia de legumes</i>	<i>Strogonoff de soja com cogumelos</i>	<i>Almôndegas vegetarianas e esparguete</i>	<i>Grão-de-bico com salada russa</i>
	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)
SOBREMESA	Frutas da época	Frutas da época	Fruta da época/iogurte	Frutas da época	Frutas da época
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

a) Não há registos de alunos exclusivamente vegetarianos.

O Conselho Executivo

EM VIGOR DE 17/012/2025 a 21/02/2025

ANO LETIVO 2024/2025



SEMANA 24/02/2025 a 28/02/2025

(sujeito a alterações)

	2ª FEIRA – 24	3ª FEIRA – 25	4ª FEIRA – 26	5ª FEIRA – 27	6ª FEIRA – 28
SOPA	Hortícolas	Brócolos e cenoura	Creme de couve-flor	À Lavrador	Creme de abóbora e alface
PRATO	Almôndegas estufadas e puré de batata	Peixe frito com salada e batata	Frango assado no forno com arroz de cenoura	Lasanha de atum e legumes salteados	Barrinhas de pescada Salada de massa com legumes
PRATO VEGETARIANO a)	<i>Massa com salteado de cogumelos, pimentos e ervilha</i>	<i>Curgete assada recheada com macedónia de legumes</i>	<i>Strogonoff de soja com cogumelos</i>	<i>Almôndegas vegetarianas e esparguete</i>	Salada de feijão frade com batata, milho e cenoura
	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)
SOBREMESA	Frutas da época	Frutas da época	Fruta da época/iogurte	Frutas da época	Fruta da época
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

b) Não há registos de alunos exclusivamente vegetarianos.

O Conselho Executivo

EM VIGOR DE 24/02/2025 a 28/02/2025

ANO LETIVO 2024/2025



SEMANA 03/03/2025 a 07/03/2024 (sujeito a alterações)

	2ª FEIRA – 02	3ª FEIRA -04	4ª FEIRA – 05	5ª FEIRA – 06	6ª FEIRA – 07
SOPA	Interrupção Carnaval	Interrupção Carnaval	Interrupção Carnaval	Tomate	Caldo Verde
PRATO				Massa gratinada com fiambre e cogumelos	Pudim de Peixe
PRATO VEGETARIANO a)				<i>Cuscuz com legumes salteados e grão-de-bico</i>	<i>Massa com salteado de cogumelos, pimentos e ervilha</i>
				Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)
SOBREMESA				Frutas da época	Frutas da época
BEBIDA				Água	Água

a) Não há registos de alunos exclusivamente vegetarianos.

O Conselho Executivo

EM VIGOR DE 03/03/2025 a 07/03/2025

ANO LETIVO 2024/2025



SEMANA 10/03/2025 a 14/03/2025

(sujeito a alterações)

	2ª FEIRA - 10	3ª FEIRA -11	4ª FEIRA – 12	5ª FEIRA – 13	6ª FEIRA – 14
SOPA	Feijão e hortícolas	Creme de Brócolos	Repolho	Cenoura e alface	Bonita
PRATO	Bolonhesa de Atum e legumes	Strogonoff de frango e esparguete	Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão	Jardineira de novilho	Peixe frito com batata cozida
PRATO VEGETARIANO a)	Lasanha de legumes	<i>Abóbora recheada com legumes e puré de batata</i>	<i>Feijoada Vegetariana e arroz de legumes</i>	<i>Cuscuz com legumes salteados e grão-de-bico</i>	<i>Curgete assada recheada com batata</i>
	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)
SOBREMESA	Fruta da época	Frutas da época/logurte	Fruta da época	Frutas da época	Fruta da época
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

b) Não há registos de alunos exclusivamente vegetarianos.

O Conselho Executivo

EM VIGOR DE 10/03/2025 a 14/03/2025