

# ANO LETIVO 2024/2025



## SEMANA 17/03/2025 21/03/2025

(sujeito a alterações)

	2ª FEIRA - 17	3ª FEIRA – 1118	4ª FEIRA – 19	5ª FEIRA – 20	6ª FEIRA – 21
<b>SOPA</b>	Creme de abóbora e alface	Couve flor com cenoura ripada	Brócolos	Alho Francês	Juliana
<b>PRATO</b>	Filetes panados com salada de massa	Feijoada com arroz branco	Bacalhau à Brás	Jardineira de frango	Bolonhesa de atum
<b>PRATO VEGETARIANO</b> 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)				
<b>SOBREMESA</b>	Frutas da época				
<b>BEBIDA</b>	Água	Água	Água	Água	Água

a) Não há registos de alunos exclusivamente vegetarianos.

O Conselho Executivo

EM VIGOR DE 17/03/2025 a 21/03/2025

# ANO LETIVO 2024/2025



## SEMANA 24/03/2025 a 28/03/2025

(sujeito a alterações)

	2ª FEIRA – 24	3ª FEIRA – 25	4ª FEIRA – 26	5ª FEIRA – 27	6ª FEIRA – 28
<b>SOPA</b>	Creme de cenoura	Feijão com hortaliças	Creme de ervilhas	Canja s/ miúdos	Tomate
<b>PRATO</b>	Ervilhas estufadas com ovo, cenoura e chouriço	Bolonhesa de carne de novilho	Empadão de atum com legumes	Febras com arroz de tomate	Salada Primavera
<b>PRATO VEGETARIANO</b> 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)
<b>SOBREMESA</b>	Frutas da época	Frutas da época	Fruta da época/iogurte	Frutas da época	Frutas da época
<b>BEBIDA</b>	Água	Água	Água	Água	Água

a) Não há registos de alunos exclusivamente vegetarianos.

O Conselho Executivo

EM VIGOR DE 24/03/2025 a 28/03/2025

# ANO LETIVO 2024/2025



## SEMANA 31/03/2025 a 04/04/2025

(sujeito a alterações)

	2ª FEIRA – 31	3ª FEIRA – 01	4ª FEIRA – 02	5ª FEIRA – 03	6ª FEIRA – 04
<b>SOPA</b>	Hortícolas	Brócolos e cenoura	Creme de couve-flor	À Lavrador	Creme de abóbora e alface
<b>PRATO</b>	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
<b>PRATO VEGETARIANO</b> 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)
<b>SOBREMESA</b>	Frutas da época	Frutas da época	Fruta da época/iogurte	Frutas da época	Fruta da época
<b>BEBIDA</b>	Água	Água	Água	Água	Água

b) Não há registos de alunos exclusivamente vegetarianos.

O Conselho Executivo

EM VIGOR DE 31/03/2025 a 04/04/2025

# ANO LETIVO 2024/2025



SEMANA 07/05/2025 a 11/05/2025 (sujeito a alterações)					
	2ª FEIRA - 07	3ª FEIRA -08	4ª FEIRA – 09	5ª FEIRA – 10	6ª FEIRA – 11
<b>SOPA</b>	Creme de abóbora e alface	Couve flor com cenoura ripada	Repolho	Tomate	Caldo Verde
<b>PRATO</b>	Barrinhas de pescada Salada de massa com legumes	Carne de porco estufada com legumes e arroz	Bacalhau de natas	Massa gratinada com fiambre e cogumelos	Lasanha de atum
<b>PRATO VEGETARIANO</b> a)	Salada de feijão frade com batata, milho e cenoura	<i>Salteado de cogumelos e pimentos e esparguete</i>	<i>Feijoada Vegetariana e arroz de legumes</i>	<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)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)	Salada verde (pelo menos 2 elementos)
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época	Frutas da época/logurte	Fruta da época	Frutas da época	Frutas da época
<b>BEBIDA</b>	Água	Água	Água	Água	Água

<b>O Conselho Executivo</b>		<b>EM VIGOR DE 07/05/2025 A 11/05/2025</b>
-----------------------------	--	--

# ANO LETIVO 2024/2025



## SEMANA 28/04/2025 a 02/05/2025 (sujeito a alterações)

	2ª FEIRA - 28	3ª FEIRA - 29	4ª FEIRA – 30	5ª FEIRA – 01	6ª FEIRA – 02
<b>SOPA</b>	Feijão e hortícolas	Creme de Brócolos	Repolho	FERIADO	Bonita
<b>PRATO</b>	Bolonhesa de Atum e legumes	Strogonoff de frango e esparguete	Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão		Peixe frito com batata cozida
<b>PRATO VEGETARIANO</b> a)	Lasanha de legumes	<i>Abóbora recheada com legumes e puré de batata</i>	<i>Feijoada Vegetariana e arroz de legumes</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)
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época	Frutas da época/logurte	Fruta da época		Fruta da época
<b>BEBIDA</b>	Água	Água	Água		Água

Não há registos de alunos exclusivamente vegetarianos.

O Conselho Executivo	EM VIGOR DE 28/04/2025 a 02/05/2025
----------------------	-------------------------------------