

ANO LETIVO 2024/2025



SEMANA 05/05/2025 a 09/05/2025

(sujeito a alterações)

	2ª FEIRA – 05	3ª FEIRA – 06	4ª FEIRA – 07	5ª FEIRA – 08	6ª FEIRA – 09
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	Bifes de frango com arroz de legumes	Bacalhau à Brás	Bolonhesa de carne de novilho
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)				
SOBREMESA	Frutas da época				
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

a) Não há registos de alunos exclusivamente vegetarianos.

O Conselho Executivo

EM VIGOR DE 05/05/2025 a 09/05/2025

ANO LETIVO 2024/2025



SEMANA 12/05/2025 a 16/05/2025

(sujeito a alterações)

	2ª FEIRA – 12	3ª FEIRA – 13	4ª FEIRA – 14	5ª FEIRA – 15	6ª FEIRA – 16
SOPA	Abóbora	Creme de feijão	Creme de ervilhas	Cenoura	Tomate
PRATO	Almondegas estufadas com puré	Bacalhau de natas	Jardineira de frango com legumes e batata	Chili com arroz	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 12/05/2025 a 16/05/2025

ANO LETIVO 2024/2025



SEMANA 19/05/2025 a 23/05/2025 (sujeito a alterações)

	2ª FEIRA – 19	3ª FEIRA – 20	4ª FEIRA – 21	5ª FEIRA – 22	6ª FEIRA – 23
SOPA	Hortícolas	Brócolos	Cenoura	Legumes	Creme de abóbora e alface
PRATO	Barrinhas de pescada Salada de massa com legumes	Carne de porco guisada com arroz	Peixe no forno com arroz de cenoura	Bolonhesa de carne	Pudim de Atum
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 19/05/2025 a 23/05/2025

ANO LETIVO 2024/2025



SEMANA 26/05/2025 a 30/05/2025 (sujeito a alterações)					
	2ª FEIRA - 26	3ª FEIRA - 27	4ª FEIRA – 28	5ª FEIRA – 29	6ª FEIRA – 30
SOPA	Creme de abóbora e alface	Couve flor com cenoura ripada	Repolho	Tomate	Caldo Verde
PRATO	Salada primavera	Massa gratinada com fiambre e cogumelos	Ervilhas guisadas	Frango assado com esparguete	Bacalhau de natas
PRATO VEGETARIANO 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)
SOBREMESA	Fruta da época	Frutas da época/logurte	Fruta da época	Frutas da época	Frutas da época
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

O Conselho Executivo		EM VIGOR DE 26/05/2025 a 30/05/2025
-----------------------------	--	--

ANO LETIVO 2024/2025



SEMANA 02/06/2025 a 06/06/2025

(sujeito a alterações)

	2ª FEIRA - 02	3ª FEIRA - 03	4ª FEIRA – 04	5ª FEIRA – 05	6ª FEIRA – 06
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)				
SOBREMESA	Frutas da época				
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

O Conselho Executivo

EM VIGOR DE 02/06/2025 a 06/06/2025

ANO LETIVO 2024/2025



SEMANA 09/06/2025 a 13/06/2025 (sujeito a alterações)

	2ª FEIRA - 09	3ª FEIRA - 10	4ª FEIRA – 11	5ª FEIRA – 12	6ª FEIRA – 13
SOPA	FERIADO REGIONAL	TOLERÂNCIA	Repolho	Creme de Brócolos	Bonita
PRATO			Douradinhos com arroz	Strogonoff de frango e esparguete	Peixe frito com arroz de tomate
PRATO VEGETARIANO a)			<i>Feijoada Vegetariana e arroz de legumes</i>	<i>Abóbora recheada com legumes e puré de batata</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)
SOBREMESA			Fruta da época	Frutas da época/logurte	Fruta da época
BEBIDA			Água	Água	Água

Não há registos de alunos exclusivamente vegetarianos.

O Conselho Executivo		EM VIGOR DE 09/06/2025 a 13/06/2025
----------------------	--	-------------------------------------

ANO LETIVO 2024/2025



SEMANA 16/06/2025 a 20/06/2025

(sujeito a alterações)

	2ª FEIRA – 16	3ª FEIRA – 17	4ª FEIRA – 18	5ª FEIRA – 19	6ª FEIRA – 20
SOPA	Hortícolas	Brócolos e cenoura	Creme de couve-flor	FERIADO	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		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>		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)
SOBREMESA	Frutas da época	Frutas da época	Fruta da época/iogurte		Fruta da época
BEBIDA	Água	Água	Água		Água

Não há registos de alunos exclusivamente vegetarianos.

O Conselho Executivo

EM VIGOR DE 16/06/2025 a 20/06/2025