

**EMENTAS DA SEMANA**

**Entidade:** Escola Básica Miguel Leitão de Andrada, Pedrógão Grande

**Ano Escolar:** 2025/2026

**Setor:** RF - Refeitório

**Tipo Refeição:** Almoço

**Semana:** 20/04/2026 a 26/04/2026

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	20 abr	Sopa	Creme de Cenoura	Do Dia
		Prato	Panados de Peixe no Forno com Arroz de Cenoura	Croquetes Vegan com Arroz de Cenoura
		Vegetais	Salada (Alface, Cenoura, Tomate, Pepino, Milho)	Salada (Alface, Cenoura, Tomate, Pepino, Milho)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Mistura	Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	21 abr	Sopa	Caldo verde	Do Dia
		Prato	Lasanha de Carne	Lasanha de Quinoa com Espinafres
		Vegetais	Salada (Alface, Cenoura, Tomate, Pepino, Milho)	Salada (Alface, Cenoura, Tomate, Pepino, Milho)
		Sobremesa	Fruta da Época e Salada de Fruta	Fruta da Época
		Pão	Mistura	Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	22 abr	Sopa	Feijão verde	Do Dia
		Prato	Bacalhau Assado no Forno com Batata	Seitan Assado no Forno com Batata Corada
		Vegetais	Salada (Alface, Cenoura, Tomate, Pepino, Milho)	Salada (Alface, Cenoura, Tomate, Pepino, Milho)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Mistura	Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	23 abr	Sopa	Alho Francês	Do Dia
		Prato	Frango Assado Com Batatas Fritas	Almondegas Vegan Estufadas com Massa Fusili
		Vegetais	Salada (Alface, Cenoura, Tomate, Pepino, Milho)	Salada (Alface, Cenoura, Tomate, Pepino, Milho)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Mistura	Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	24 abr	Sopa	Feijão Seco	Do Dia
		Prato	Empadão de Atum com Arroz	Empadão de Lentilhas com Arroz
		Vegetais	Salada (Alface, Cenoura, Tomate, Pepino, Milho)	Salada (Alface, Cenoura, Tomate, Pepino, Milho)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Mistura	Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		