

EMENTAS DA SEMANA	Entidade: Município de Serpa	Ano Escolar: 2025/2026
Sector: Refeitório Município Básica	Tipo Refeição: Almoço	Semana: 08/12/2025 a 14/12/2025

		Carne	Peixe
Terça-feira	09 dez	Sopa	Nabiça
		Prato	Bacalhau espiritual
		Vegetais	Salada mista
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão de Mistura 70 g
		V. Calórico	934 Kcal
		Alergénicos	Glúten
Quarta-feira	10 dez	Sopa	Espinafres
		Prato	Frango Assado com Puré Batata
		Vegetais	Salada mista
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão de Mistura 70 g
		V. Calórico	709 Kcal
		Alergénicos	Leite, Glúten
Quinta-feira	11 dez	Sopa	Creme de coentros
		Prato	Grão c/atum e ovos
		Vegetais	Salada mista
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão de Mistura 70 g
		V. Calórico	652 Kcal
		Alergénicos	Ovos; Peixes, Glúten
Sexta-feira	12 dez	Sopa	Cenoura com Feijão
		Prato	Febras grelhadas c/arroz de cenoura
		Vegetais	Salada mista
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão de Mistura 70 g
		V. Calórico	845 Kcal
		Alergénicos	Glúten