

EMENTAS DA SEMANA	Entidade: Município de Serpa	Ano Escolar: 2025/2026
Sector: Refeitório Município Básica	Tipo Refeição: Almoço	Semana: 05/01/2026 a 11/01/2026

		Carne	Peixe
Segunda-feira	05 jan	Sopa	Nabiça
		Prato	Pescada cozida com batata,brócolos, cenouras e ovos
		Vegetais	Salada mista
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão de Mistura 70 g
		V. Calórico	514 Kcal
		Alergénicos	Ovos; Peixes, Glúten
Terça-feira	06 jan	Sopa	Agrião
		Prato	Lombinho de porco em sumo de laranja com arroz primavera
		Vegetais	Salada mista
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão de Mistura 70 g
		V. Calórico	562 Kcal
		Alergénicos	Glúten, Glúten
Quarta-feira	07 jan	Sopa	Espinafres
		Prato	Massada de Peixe (perca/pescada)
		Vegetais	Salada mista
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão de Mistura 70 g
		V. Calórico	588 Kcal
		Alergénicos	Peixes, Glúten
Quinta-feira	08 jan	Sopa	Juliana
		Prato	Esparguete à bolonhesa
		Vegetais	Salada mista
		Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
		Pão	Pão de Mistura 70 g
		V. Calórico	604 Kcal
		Alergénicos	Glúten