

 REPÚBLICA PORTUGUESA EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E INOVAÇÃO	135537 - Agrupamento de Escolas Manuel Ferreira Patrício Av. Eng. Arantes de Oliveira 7000-758 Évora N.I.F: 600079180 Telefone: 266 750 050 E-mail: geral@aemfp.pt	EMENTAS SEMANA
---	---	-------------------------------

EMENTAS DA SEMANA	Entidade: Escola Básica Manuel Ferreira Patrício	Ano Escolar: 2026/2027
Sector: Refeitório - Manuel Ferreira Patrício	Tipo Refeição: Almoço	Semana: 07/09/2026 a 13/09/2026

		Peixe
Sexta-feira 11 set	Sopa	CREME DE COENTROS
	Prato	Massa com Atum
	Vegetais	Alface, Pepino e Tomate
	Sobremesa	Fruta da Época
	Pão	Pão de Mistura
	V. Calórico	
	Alergénicos	

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Agrupamento de Escola Básica Manuel Ferreira Patrício

Ano Escolar: 2026/2027

Setor: Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 14/09/2026 a 20/09/2026

			Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	14 set	Sopa		CREME DE FEJÃO-VERDE	CREME DE FEJÃO-VERDE
		Prato		- Panado de Pescada com Arroz	- Tortilha de Legumes com Arroz
		Vegetais		- Salada de Tomate, Pepino e Cenoura ralada	- Salada de Tomate, Pepino e Cenoura ralada
		Sobremesa		Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão		Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico			
		Alergénicos			
		Terça-feira		15 set	Sopa
Prato	- Sopa de Peixe		- Caçarola de legumes		
Vegetais					
Sobremesa	Fruta da Época		Fruta da Época		
Pão	Pão de Mistura		Pão de Mistura		
V. Calórico					
Alergénicos					
Quarta-feira	16 set		Sopa		ALHO-FRANCÊS
		Prato	- Arroz à Valenciana	- Arroz Malandrinho de Legumes	
		Vegetais	- Salada de Alface, Tomate e Pepino	- Salada de Alface, Tomate e Pepino	
		Sobremesa	GELADO / Fruta da Época	GELADO / Fruta da Época	
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos			
		Quinta-feira	17 set	Sopa	LEGUMES
Prato	- Strogonoff de Frango com Esparguete			- Strogonoff de Soja com Esparguete	
Vegetais	- Salada de Alface, Cenoura ralada e Beterraba			- Salada de Alface, Cenoura ralada e Beterraba	
Sobremesa	Fruta da Época			Fruta da Época	
Pão	Pão de Mistura			Pão de Mistura	
V. Calórico					
Alergénicos					
Sexta-feira	18 set			Sopa	
		Prato	- Atum com Ovo, Feijão Frade e Batatas	- Ovo, Feijão Frade e Batatas	
		Vegetais	- Salada Alface e Pepino	- Salada Alface e Pepino	
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura	
		V. Calórico			
		Alergénicos			

Impresso em: 07/09/2026 16:26:01

MAES001.1 Página 1 de 1

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica Manuel Ferreira Patrício

Ano Escolar: 2026/2027

Sector: Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 21/09/2026 a 27/09/2026

			Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	21 set	Sopa		CENOURA	CENOURA
		Prato		- Filetes de Pescada no forno com Arroz	- Seitan Estufado com Arroz
		Vegetais		- Salada de Alface, Tomate e Couve Roxa	- Salada de Alface, Tomate e Couve Roxa
		Sobremesa		Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão		Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Terça-feira	22 set	Sopa	CREME DE ALHO FRANCÊS		CREME DE ALHO FRANCÊS
		Prato	- Frango Assado com Puré de Batata e Brócolos		- Legumes assados com Puré de Batata e Brócolos
		Vegetais	- Salada de Tomate e Pepino		- Salada de Tomate e Pepino
		Sobremesa	Fruta da Época		Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura		Pão de Mistura
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quarta-feira	23 set	Sopa		SOPA DE REPOLHO	SOPA DE REPOLHO
		Prato		- Massada de Peixe	- Massada de Soja
		Vegetais		- Salada Alface e Pepino	- Salada Alface e Pepino
		Sobremesa		GELATINA / Fruta da Época	GELATINA / Fruta da Época
		Pão		Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Quinta-feira	24 set	Sopa	ESPINAFRES		ESPINAFRES
		Prato	- Lombo de Porco assado com Arroz		- Tofu Estufado com Arroz
		Vegetais	- Salada de Cenoura Ralada, Pepino e Couve Roxa		- Salada de Cenoura Ralada, Pepino e Couve Roxa
		Sobremesa	Fruta da Época		Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura		Pão de Mistura
		V. Calórico			
		Alergénicos			
Sexta-feira	25 set	Sopa		NABIÇAS	NABIÇAS
		Prato		- Lombos de Salmão no Forno com Batata Assada	- Seitan no Forno com Batata Assada
		Vegetais		- Salada de Tomate, Milho e Cenoura Ralada	- Salada de Tomate, Milho e Cenoura Ralada
		Sobremesa		Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão		Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico			
		Alergénicos			

Impresso em: 07/09/2026 16:26:41

MAES001.1 Página 1 de 1

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Agrupamento de Escola Básica Manuel Ferreira

Ano Escolar: 2026/2027

Setor: Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 28/09/2026 a 04/10/2026

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	28 set	Sopa	LEGUMES	LEGUMES
		Prato	- Bife de Perú com Cogumelos e Esparguete	- Seitan com Cogumelos e Esparguete
		Vegetais	- Salada de Cenoura ralada, Alface e Beterraba	- Salada de Cenoura ralada, Alface e Beterraba
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	29 set	Sopa	CENOURA	CENOURA
		Prato	- Tintureira de Coentrada com Batata e Brócolos cozidos	- Tofu de Coentrada com Batata e Brócolos Cozidos
		Vegetais	- Salada de Tomate e Couve Roxa	- Salada de Tomate e Couve Roxa
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	30 set	Sopa	CREME DE ERVILHAS	CREME DE ERVILHAS
		Prato	- Hambúrguer de aves Grelhados com Arroz	- Hambúrguer Vegetariano Grelhados com Arroz
		Vegetais	- Salada de Tomate e Pepino	- Salada de Tomate e Pepino
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	01 out	Sopa	CREME DE ABÓBORA	CREME DE ABÓBORA
		Prato	- Bacalhau à Brás	- Legumes à Brás
		Vegetais	- Salada de Alface, Pepino e Cenoura Ralada	- Salada de Alface, Pepino e Cenoura Ralada
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	02 out	Sopa	ALHO-FRANCÊS	ALHO-FRANCÊS
		Prato	- Frango Guisado com Tomate e Esparguete	- Soja Guisada com Tomate e Esparguete
		Vegetais	- Salada de Tomate, Couve roxa e Alface	- Salada de Tomate, Couve roxa e Alface
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		

Impresso em: 07/09/2026 16:27:01

MAES001.1 Página 1 de 1