

2 a 6 de junho

Segunda

02
jun

Sopa	Sopa de espinafres
Prato	Lasanha de carne de bovino picada e salada de alface
Sobremesa	Fruta variada da época

Terça

03
jun

Sopa	Sopa de penca
Prato	Tirinhas de pote panadas com arroz de cenoura
Sobremesa	Gelatina / Fruta variada da época

Quarta

04
jun

Sopa	Creme de cenoura
Prato	Rancho
Sobremesa	Fruta variada da época

Quinta

05
jun

Sopa	Sopa de couve lombarda
Prato	Panados de porco com esparguete
Sobremesa	Fruta variada da época

Sexta

06
jun

Sopa	Sopa de alho-francês
Prato	Salada de cavala com arroz, ovo, milho cenoura e ervilhas
Sobremesa	Fruta variada da época



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergénicos encontra-se exposta no restaurante do colégio

9^a 13 de junho

Segunda

09
jun

Sopa	Sopa de cenoura e nabo
Prato	Febras de porco á salsicheiro com arroz e legumes salteados
Sobremesa	Fruta variada da época

Terça

10
jun

Sopa	Feriado
Prato	
Sobremesa	

Quarta

11
jun

Sopa	Sopa de feijão-verde
Prato	Hambúrguer de vaca com molho de tomate, massa espiral e couve roxa
Sobremesa	Fruta variada da época

Quinta

12
jun

Sopa	Sopa de legumes
Prato	Filetes de peixe no forno com ovo picado e arroz de ervilhas
Sobremesa	Fruta variada da época

Sexta

13
jun

Sopa	Sopa de repolho
Prato	Jardineira de aves com macedónia
Sobremesa	Fruta variada da época



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergénicos encontra-se exposta no restaurante do colégio

16 a 20 de junho

Segunda

16
jun

Sopa	Sopa de macedónia
Prato	Esparguete à bolonhesa
Sobremesa	Fruta variada da época

Terça

17
jun

Sopa	Sopa camponesa
Prato	Barrinhas de pescada com arroz colorido e salada
Sobremesa	Gelatina / Fruta variada da época

Quarta

18
jun

Sopa	Creme de cenoura
Prato	Massa com carnes e feijão
Sobremesa	Fruta variada da época

Quinta

19
jun

Sopa	Feriado
Prato	
Sobremesa	

Sexta

20
jun

Sopa	Sopa de repolho
Prato	Fêveras de porco estufadas com batata cozida
Sobremesa	Fruta variada da época



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergénicos encontra-se exposta no restaurante do colégio

23 a 27 de junho

Segunda

23
jun

Sopa	Creme de abóbora
Prato	Rolo de carne de peru com arroz de ervilhas
Sobremesa	Fruta variada da época

Terça

24
jun

Sopa	Feriado
Prato	
Sobremesa	

Quarta

25
jun

Sopa	Canja de galinha
Prato	Frango estufado com massa e salada de alface e cenoura
Sobremesa	Fruta variada da época

Quinta

26
jun

Sopa	Creme de alface
Prato	Feijoada à brasileira
Sobremesa	Fruta variada da época

Sexta

27
jun

Sopa	Sopa de couve flor
Prato	Empadão de atum
Sobremesa	Fruta variada da época



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergénicos encontra-se exposta no restaurante do colégio

30 de junho

Segunda

30
jun

Sopa	Creme de couve-flor
Prato	Chili de vitela com salada
Sobremesa	Fruta variada da época

Terça

Sopa
Prato
Sobremesa

Quarta

Sopa
Prato
Sobremesa

Quinta

Sopa
Prato
Sobremesa

Sexta

Sopa
Prato
Sobremesa



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergénicos encontra-se exposta no restaurante do colégio