



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E INOVAÇÃO

135150 - Agrupamento de Escolas de Mora

Estrada das Brotas

7490-222 Mora

N.I.F: 600078418

Telefone: 266403245 E-mail: eb23smora@sapo.pt

EMENTAS SEMANA

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Mora

Ano Escolar: 2025/2026

Sector: Refeitório Município EBS de Mora

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 22-09-2025 a 28-09-2025

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	22 set	Sopa	Agrião	Agrião
		Prato	Esparguete à Bolonhesa	Quiche de legumes
		Vegetais	Salada mista	Salada mista
		Sobremesa	Fruta	Fruta
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	23 set	Sopa	Nabiça	Nabiça
		Prato	Salada russa	Salada russa
		Vegetais	Salada mista	Salada mista
		Sobremesa	Fruta	Fruta
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	24 set	Sopa	Feijão c/repolho	Feijão c/repolho
		Prato	Carne de porco à Alentejana	Feijão c/massa e ovo escalfado
		Vegetais	Salada mista	Salada mista
		Sobremesa	Fruta	Fruta
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	25 set	Sopa	Creme de legumes	Creme de legumes
		Prato	Lombos de pescada c/arroz branco	Salsichas de soja c/arroz branco
		Vegetais	Salada mista	Salada mista
		Sobremesa	Fruta	Fruta
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	26 set	Sopa	Feijão verde	Feijão verde
		Prato	Massa c/bacon, fiambre e cogumelos	Cogumelos salteados c/massa fusili
		Vegetais	Salada mista	Salada mista
		Sobremesa	Fruta	Fruta
		Pão	Pão	Pão
		V. Calórico		
		Alergénicos		