



Ementa Refeitório EBC

Almoço Refeição

27/07/2026 - Segunda-feira

Kcal Total: 55

Alergénicos

Sopa: Sopa de Legumes (Creme de cenoura)

Prato 1: Rissois de carne com batata frita

Prato 2: Salada de tomate e pepino

Outros: Pão de mistura

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

28/07/2026 - Terça-feira

Kcal Total: 55

Alergénicos

Sopa: Sopa de legumes (Creme de abóbora)

Prato 1: Arooz de peixe

Prato 2: Salada de Pepino

Outros: Pão de mistura

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

29/07/2026 - Quarta-feira

Kcal Total: 55

Alergénicos

Sopa: Sopa de Legumes (Creme de cenoura)

Prato 1: Massa com carne

Prato 2: Salada de alface

Outros: Pão de mistura

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

30/07/2026 - Quinta-feira

Kcal Total: 55

Alergénicos

Sopa: Sopa de Legumes (Curgete)

Prato 1: Bolinhos de bacalhau com arroz de cenoura

Prato 2: Salada de Pepino

Outros: Pão de mistura

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

31/07/2026 - Sexta-feira

Kcal Total: 55

Alergénicos

Sopa: Sopa de Legumes (Creme de abóbora)

Prato 1: Massa com carne à bolanhesa

Prato 2: Salada de tomate e pepino

Outros: Pão de mistura

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Alpo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos