



Ementa Refeitório EBC

Almoço Refeição

01/09/2026 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de legumes (Creme de cenoura)

Prato 1: Arroz com atum

Prato 2: Salada de alface e cenoura

Outros: Pão de mistura

Sobremesa: Fruta da época

02/09/2026 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de Legumes (Creme de abóbora)

Prato 1: Massa com carne à bolanhesa

Prato 2: Salada de alface

Outros: Pão de mistura

Sobremesa: Fruta da época

03/09/2026 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de legumes (Juliana)

Prato 1: Arroz de Peixe

Prato 2: Salada de tomate

Outros: Pão de mistura

Sobremesa: Fruta da época

04/09/2026 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de legumes (Camponesa)

Prato 1: Rissois de carne com batata frita

Prato 2: Salada de cenoura

Outros: Pão de mistura

Sobremesa: Fruta da época