



# Ementa EB23 E. Lobos

Almoco Refeicao Normal

25/10/2021 - Segunda

Alergénicos

**Sopa:** Sopa do Campo  
**Prato 1:** Massa c/ carne guizada e salada  
**Sobremesa:** Fruta

26/10/2021 - Terça

Alergénicos

**Sopa:** Sopa de Trigo  
**Prato 1:** Bacalhau à Gomes Sá c/salada de alface  
**Sobremesa:** Fruta

27/10/2021 - Quarta

Alergénicos

**Sopa:** Sopa de alho francês  
**Prato 1:** Frango Assado c/ massa de parafusos e salada  
**Sobremesa:** Fruta

28/10/2021 - Quinta

Alergénicos

**Sopa:** Sopa Deliciosa  
**Prato 1:** Filete de espada c/arroz e salada de alface  
**Sobremesa:** Fruta

29/10/2021 - Sexta

Alergénicos

**Sopa:** Caldo Verde  
**Prato 1:** Língua estufada c/arroz e verdura  
**Sobremesa:** Fruta



# Ementa EB23 E. Lobos

Lanche\_M Lanche\_M

25/10/2021 - Segunda

Alergénicos

Sopa: Copo c/leite

Prato 1: Sandes de Queijo

Sobremesa: Fruta

26/10/2021 - Terça

Alergénicos

Sopa: Batido de Fruta

Prato 1: Sandes de Fiambre

27/10/2021 - Quarta

Alergénicos

Sopa: Iogurte

Prato 1: Sandes de Queijo

Sobremesa: Fruta

28/10/2021 - Quinta

Alergénicos

Sopa: Copo c/leite

Prato 1: Sandes de Fiambre

Sobremesa: Fruta

29/10/2021 - Sexta

Alergénicos

Sopa: Batido de Fruta

Prato 1: Sandes de Queijo



# Ementa EB23 E. Lobos

Lanche\_T Lanche\_T

**25/10/2021 - Segunda**

**Alergénicos**

**Sopa:** Copo c/leite

**Prato 1:** Sandes de Queijo

**Sobremesa:** Fruta

**26/10/2021 - Terça**

**Alergénicos**

**Sopa:** Batido de Fruta

**Prato 1:** Sandes de Fiambre

**27/10/2021 - Quarta**

**Alergénicos**

**Sopa:** Iogurte

**Prato 1:** Sandes de Queijo

**Sobremesa:** Fruta

**28/10/2021 - Quinta**

**Alergénicos**

**Sopa:** Copo c/leite

**Prato 1:** Sandes de Fiambre

**Sobremesa:** Fruta

**29/10/2021 - Sexta**

**Alergénicos**

**Sopa:** Batido de Fruta

**Prato 1:** Sandes de Queijo