

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DIOGO CÃO, VILA REAL
ESCOLA SEDE

De 01/06/2026 a 05/06/2026

EMENTA N.º 2



2.ª feira	Sopa	Creme de cenoura e couve-flor	
	Prato	Feijoada de marisco c/ arroz branco	1
	Prato vegetariano	Estufado de feijão vermelho (couve portuguesa, cenoura, cebola, tomate) c/arroz branco	1
	Salada/legumes	Alface, cenoura ripada e pimento vermelho	
	Sobremesa	Maçã, laranja, banana ou maçã assada	
3.ª feira	Sopa	Couve lombarda	
	Prato	Massa meada ou riscada de feijão c/ bife de frango grelhado	1
	Prato vegetariano	Massada de grão-de-bico (couve lombarda, cenoura, curgete, tomate, abóbora e cebola)	1
	Salada/legumes	Cenoura ripada, alface e milho doce	
	Sobremesa	Maça, pêra ou kiwi	
4.ª feira	Sopa	Caldo verde	
	Prato	Batata cozida c/ lombos de salmão confeitado c/ crosta de broa	4
	Prato vegetariano	Batata a murro, migas de broa de feijão frade c/ curgete recheada	
	Salada/legumes	Brócolos, cenoura, couve-flor ou feijão-verde)	
	Sobremesa	Maçã, clementina, kiwi ou pêssego (fruta sazonal)	
5.ª feira	Sopa	Couve coração ou portuguesa com feijão vermelho (legume sazonal)	
	Prato	Arroz branco com lombo de porco assado fatiado	FERIADO 1
	Prato vegetariano	Arroz de cenoura com pataniscas de legumes (farinha, curgete, abóbora, açafraão, cenoura)	1
	Salada/legumes	Tomate, cenoura ripada, couve roxa, couve-de-bruxelas ou favas	
	Sobremesa	Maçã, pera ou laranja	
6.ª feira	Sopa	Espinafres	
	Prato	Puré de batata com lulas estufadas	7, 14
	Prato vegetariano	Empadão de legumes (puré de batata, cebola, curgete, abóbora, cenoura, cogumelos e espinafres)	
	Salada/legumes	Tomate, beterraba, cenoura ripada ou pepino (legume sazonal)	
	Sobremesa	Maçã, kiwi, laranja ou melancia (fruta sazonal)	7

Notas: As refeições são acompanhadas de pão de mistura embalado e água para beber.

Ementa sujeita a alterações sem aviso prévio (Circular 3/DSEEAS/DGE/2013). Ementa vegetariana: disponível queijo fresco, ovo e queijo mozarela facultativo.

Horário: 12:30 / 14:00 h; **Preço:** Alunos escalão A: 00,00 €; escalão B: 0,73 €; sem escalão: 1,46 €; docentes/Não docentes: 4,90 €; Taxa adicional: 0,30 € (marcação no próprio dia)

Tabela de alergénios (a ementa poderá conter alimentos suscetíveis de provocar alergias)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Glúten	Crustáceos	Ovo	Peixe	Amendoim	Soja	Leite	Frutos secos	Aipo	Mostarda	Sésamo	Sulfitos	Tremoços	Molusco



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DIOGO CÃO, VILA REAL
ESCOLA SEDE

From 01/06 to 05/06/2026

Menu no. 2

Authorized
Carlos Taveira
(Deputy Director)

Monday	Soup	Carrot and cauliflower cream	
	Dish	Seafood, beans with white rice	1
	Vegetarian Dish	Red bean stew (kale, carrot, onion, tomato) with white rice	1
	Salad/Vegetables	Lettuce, shredded carrot, and red pepper	
	Dessert	Apple, orange, banana, or baked apple	
Tuesday	Soup	Savoy cabbage	
	Dish	Bean pasta with grilled chicken steak	1
	Vegetarian Dish	Chickpea pasta (sausage cabbage, carrots, zucchini, tomatoes, pumpkin, and onion)	1
	Salad/Vegetables	Sliced carrots, lettuce, and sweetcorn	
	Dessert	Apple, pear, or kiwi	
Wednesday	Soup	Caldo verde (spring greens soup)	
	Dish	Boiled potato with salmon fillets stuffed with cornbread crust	4
	Vegetarian Dish	Pounded potato, cornbread crumbs (kale and zucchini stuffed with vegan cheese)	
	Salad/Vegetables	Broccoli, carrot, cauliflower, or green beans	
	Dessert	Apple, clementine, kiwi, or peach	
Thursday	Soup	Heart-shaped cabbage with red beans	
	Dish	White rice with sliced roast pork loin	1
	Vegetarian Dish	Carrot rice with vegetable fritters (flour, zucchini, pumpkin, saffron, carrot)	1
	Salad/Vegetables	Tomato, shredded carrot, red cabbage, Brussels sprouts, or broad beans	
	Dessert	Apple, pear, or orange	
Friday	Soup	Spinach	
	Dish	Mashed potatoes with stewed squid	7, 14
	Vegetarian Dish	Vegetable casserole (mashed potatoes, onions, zucchini, pumpkin, carrots, mushrooms, and spinach)	
	Salad/Vegetables	Tomato, beetroot, shredded carrots, or cucumber	
	Dessert	Apple, kiwi, orange, or yogurt	7

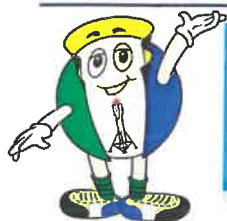
Notes: *Meals are accompanied by packaged mixed bread and drinking water.*

Menu subject to change without notice (Circular 3/DSEEAS/DGE/2013). Vegetarian menu: fresh cheese, egg and optional mozzarella cheese available.

Timetable: 12:30 / 14:00 h; Price: students escalão A: 00,00 €; escalão B: 0,73 €; without escalão: 1,46 €; teaching/non-teaching staff: 4,90 €; Additional fee: €0.30 (same-day booking)

Allergen table (the menu may contain foods that can cause allergies)

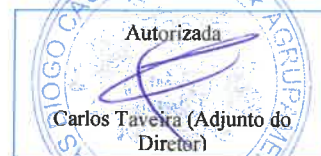
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustaceans	Egg	Fish	Peanuts	Soy	Milk	Nuts	Celery	Mustard	Sesame	Sulfites	Lupins	Molluscs



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DIOGO CÃO - VILA REAL
ESCOLA SEDE

De 08/06/2026 a 12/06/2026

EMENTA N.º 3



2.ª feira	Sopa	Couve lombarda com feijão vermelho	
	Prato	Esparquete à bolonhesa	1
	Prato vegetariano	Esparquete cozido com salteado de legumes (cogumelos, curgete, ervilhas e cenoura)	1
	Salada/legumes	Cenoura ripada, tomate e milho doce	
	Sobremesa	Maçã/laranja/kiwi ou melão	
3.ª feira	Sopa	Grão-de-Bico com couve coração	
	Prato	Arroz de cenoura malandrinho com solha frita	1, 4, 3
	Prato vegetariano	Arroz de cenoura com curgete panado	1
	Salada/legumes	Alface, cenoura ripada e couve roxa	
	Sobremesa	Kiwi, maçã, banana ou maçã assada	
4.ª feira	Sopa	Cebola e feijão-verde	
	Prato	Feijoada de carne (vitela e frango) com arroz branco	FERIADO 1
	Prato vegetariano	Feijoada vegetariana com arroz branco (feijão branco, cenoura, cebola, abobora e curgete)	1
	Salada/legumes	Alface, cenoura ripada e milho doce	
	Sobremesa	Maçã, kiwi, pera ou clementina	
5.ª feira	Sopa	Creme de legume	
	Prato	Batata a murro com tentáculos de pota a lagareiro	4
	Prato vegetariano	Salada de batata, cebola grão e ervas aromáticas	
	Salada/legumes	Cenoura, brócolos, couve-flor ou feijão-verde	
	Sobremesa	Maçã, Kiwi, pera ou banana	
6.ª feira	Sopa	Couve Lombarda	
	Prato	Arroz branco c/ coelho estufado	1
	Prato vegetariano	Arroz branco c/ ervilhas estufadas e cenoura	1
	Salada/legumes	Alface, cenoura ripada, tomate ou couve-de-bruxelas	
	Sobremesa	Maçã, Kiwi, laranja ou morangos (fruta sazonal)	

Notas: As refeições são acompanhadas de pão de mistura embalado e água para beber.

Ementa sujeita a alterações sem aviso prévio (Circular 3/DSEEAS/DGE/2013). Ementa vegetariana: disponível queijo fresco, ovo e queijo mozarella facultativo.

Horário: 12:30 / 14:00 h; **Preço:** Alunos escalão A: 00,00 €; escalão B: 0,73 €; sem escalão: 1,46 €; docentes/Não docentes: 4,90 €; Taxa adicional: 0,30 € (marcação no próprio dia)

Tabela de alergénios (a ementa poderá conter alimentos suscetíveis de provocar alergias)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Glúten *	Crustáceos	Ovo	Peixe	Amendoim	Soja	Leite	Frutos secos *	Aipo	Mostarda	Sésamo	Sulfitos	Tremoços	Moluscos



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DIOGO CÃO, VILA REAL
ESCOLA SEDE

From 08/06 to 12/06/2026

Menu no. 3

Authorized

Carlos Taveira
(Deputy Director)

Monday	Soup	Savoy cabbage with red beans	
	Dish	Spaghetti Bolognese	1
	Vegetarian Dish	Spaghetti cooked with sautéed vegetables (mushrooms, zucchini, peas, and carrots)	1
	Salad/Vegetables	Sliced carrots, tomatoes, and sweetcorn	
	Dessert	Apple/orange/kiwi or melon	
Tuesday	Soup	Chickpeas with heart-shaped kale	
	Dish	Carrot rice with fried sole	1, 4, 3
	Vegetarian Dish	Carrot rice with breaded zucchini	1
	Salad/Vegetables	Lettuce, shredded carrots, and red cabbage	
	Dessert	Kiwi, apple, banana, or baked apple	
Wednesday	Soup	Onion and green beans	
	Dish	Beef stew with beef (veal and chicken) and white rice	1
	Vegetarian Dish	Vegetarian stew with white rice (white beans, carrots, onions, pumpkin, and zucchini)	1
	Salad/Vegetables	Lettuce, shredded carrots, and sweetcorn	
	Dessert	Apple, kiwi, pear, or clementine	
Thursday	Soup	Vegetable cream	
	Dish	Mashed potatoes with olive-olive oil squid tentacles	4
	Vegetarian Dish	Potato, onion, chickpea, and herb salad	
	Salad/Vegetables	Carrot, broccoli, cauliflower, or green beans	
	Dessert	Apple, kiwi, pear, or banana	
Friday	Soup	Savoy Cabbage	
	Dish	White rice with stewed rabbit	1
	Vegetarian Dish	White rice with stewed peas and carrots	1
	Salad/Vegetables	Lettuce, shredded carrots, tomatoes, or brussels sprouts	
	Dessert	Apple, kiwi, orange, or strawberries	

Notes: *Meals are accompanied by packaged mixed bread and drinking water.*

Menu subject to change without notice (Circular 3/DSEEAS/DGE/2013). Vegetarian menu: fresh cheese, egg and optional mozzarella cheese available.

Timetable: 12:30 / 14:00 h; Price: students escalão A: 00,00 €; escalão B: 0,73 €; without escalão: 1,46 €; teaching/non-teaching staff: 4,90 €; Additional fee: €0.30 (same-day booking)

Allergen table (the menu may contain foods that can cause allergies)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

Gluten Crustaceans Egg Fish Peanuts Soy Milk Nuts Celery Mustard Sesame Sulfites Lupins Molluscs