



MUNICÍPIO DO MONTIJO
CÂMARA MUNICIPAL

DIVISÃO DE EDUCAÇÃO
REFEITÓRIOS ESCOLARES

TABELAS/PLANOS

PLANO DE EMENTAS PARA SAÍDAS AO EXTERIOR

Nos dias em que se realizam atividades no exterior do estabelecimento de ensino (nomeadamente visitas de estudo), as escolas poderão disponibilizar aos alunos, mediante a apresentação de um pedido prévio à Divisão de Educação (com um prazo mínimo de três semanas de antecedência), uma refeição com as seguintes composições possíveis, diferenciadas em função do nível de escolaridade e do tipo de dieta adotada pelos alunos.

Os alimentos deverão ser acondicionados em sacos/ malas térmicas, a fornecer pela empresa adjudicatária, que permitam o transporte da refeição em condições de segurança alimentar.

<i>Composição da refeição para a educação pré-escolar e para o 1º ciclo do ensino básico – dieta mediterrânica</i>
Um pão de mistura com febras ou queijo fatiado (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).
Um pão de mistura com atum e alface (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).
Salada de alface e cenoura ralada, previamente desinfetada e acondicionada em caixa térmica, para colocação nas sandes acima descritas no momento de consumo (advertência para a obrigatoriedade de utilização de luvas descartáveis).
Um sumo 100% fruta (pacote individual de 200ml).
Duas peças de fruta diferentes (devidamente desinfetadas e acondicionadas individualmente em guardanapo de papel envolvido em película aderente).
Uma dose individual de bolachas tipo Maria (no mínimo 4 bolachas).
Duas garrafas de água mineral (50cl)



MUNICÍPIO DO MONTIJO
CÂMARA MUNICIPAL

DIVISÃO DE EDUCAÇÃO
REFEITÓRIOS ESCOLARES

TABELAS/PLANOS

PLANO DE EMENTAS PARA SAÍDAS AO EXTERIOR

Composição da refeição para a educação pré-escolar e para o 1º ciclo do ensino básico – dieta vegetariana

Um pão de mistura com hambúrguer vegetariano ou creme vegetal (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).

Um pão de mistura com húmus de grão com alface (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).

Salada de alface e cenoura ralada, previamente desinfetada e acondicionada em caixa térmica, para colocação nas sandes acima descritas no momento de consumo (advertência para a obrigatoriedade de utilização de luvas descartáveis).

Um sumo 100% fruta (pacote individual de 200ml).

Duas peças de fruta diferentes (devidamente desinfetadas e acondicionadas individualmente em guardanapo de papel envolvido em película aderente).

Uma dose individual de bolachas (mínimo 4 bolachas).

Duas garrafas de água mineral (50cl).



MUNICÍPIO DO MONTIJO
CÂMARA MUNICIPAL

DIVISÃO DE EDUCAÇÃO
REFEITÓRIOS ESCOLARES

TABELAS/PLANOS

PLANO DE EMENTAS PARA SAÍDAS AO EXTERIOR

Composição da refeição para os 2º e 3º ciclos do ensino básico – dieta mediterrânica

Um pão de mistura com febras ou queijo fatiado (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).

Um pão de mistura com atum e alface (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).

Um pão de mistura com húmus de grão (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).

Salada de alface e cenoura ralada, previamente desinfetada e acondicionada em caixa térmica, para colocação nas sandes acima descritas no momento de consumo (advertência para a obrigatoriedade de utilização de luvas descartáveis).

Um sumo 100% fruta (pacotes individuais de 200ml).

Três peças de fruta diferentes (devidamente desinfetadas e acondicionadas individualmente em guardanapo de papel envolvido em película aderente).

Uma dose individual de bolachas tipo Maria (4 bolachas).

Duas garrafas de água mineral (50cl).



MUNICÍPIO DO MONTIJO
CÂMARA MUNICIPAL

DIVISÃO DE EDUCAÇÃO
REFEITÓRIOS ESCOLARES

TABELAS/PLANOS

PLANO DE EMENTAS PARA SAÍDAS AO EXTERIOR

Composição da refeição para os 2º e 3º ciclos do ensino básico – dieta vegetariana

Um pão de mistura com hambúrguer vegetariano ou creme vegetal (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).

Um pão de mistura com húmus de grão com alface (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).

Um pão de mistura com creme de frutos oleaginosos (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).

Salada de alface e cenoura ralada, previamente desinfetada e acondicionada em caixa térmica, para colocação nas sandes acima descritas no momento de consumo (advertência para a obrigatoriedade de utilização de luvas descartáveis).

Um sumo 100% fruta (pacotes individuais de 200ml).

Três peças de fruta diferentes (devidamente desinfetadas e acondicionadas individualmente em guardanapo de papel envolvido em película aderente).

Uma dose individual de bolachas tipo Maria (4 bolachas).

Duas garrafas de água mineral (50cl).



MUNICÍPIO DO MONTIJO
CÂMARA MUNICIPAL

DIVISÃO DE EDUCAÇÃO
REFEITÓRIOS ESCOLARES

TABELAS/PLANOS

PLANO DE EMENTAS PARA SAÍDAS AO EXTERIOR

<i>Composição da refeição para o ensino secundário – dieta mediterrânica</i>
Dois pães de mistura com febras ou queijo fatiado (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).
Um pão de mistura com atum e alface (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).
Um pão de mistura com húmus de grão (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).
Salada de alface e cenoura ralada, previamente desinfetada e acondicionada em caixa térmica, para colocação nas sandes acima descritas no momento de consumo (advertência para a obrigatoriedade de utilização de luvas descartáveis).
Um sumo 100% fruta (pacotes individuais de 200ml).
Três peças de fruta diferentes (devidamente desinfetadas e acondicionadas individualmente em guardanapo de papel envolvido em película aderente).
Uma dose individual de bolachas tipo Maria (4 bolachas).
Duas garrafas de água mineral (50cl).



MUNICÍPIO DO MONTIJO
CÂMARA MUNICIPAL

DIVISÃO DE EDUCAÇÃO
REFEITÓRIOS ESCOLARES

TABELAS/PLANOS

PLANO DE EMENTAS PARA SAÍDAS AO EXTERIOR

Composição da refeição para o ensino secundário – dieta vegetariana

Dois pães de mistura com hambúrguer vegetariano ou creme vegetal (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).

Um pão de mistura com húmus de grão com alface (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).

Um pão de mistura com creme de frutos oleaginosos (acondicionado individualmente em guardanapo de papel e envolvido em película de alumínio).

Salada de alface e cenoura ralada, previamente desinfetada e acondicionada em caixa térmica, para colocação nas sandes acima descritas no momento de consumo (advertência para a obrigatoriedade de utilização de luvas descartáveis).

Um sumo 100% fruta (pacotes individuais de 200ml).

Três peças de fruta diferentes (devidamente desinfetadas e acondicionadas individualmente em guardanapo de papel envolvido em película aderente).

Uma dose individual de bolachas tipo Maria (4 bolachas).

Duas garrafas de água mineral (50cl).