

Exmo. Senhor  
Encarregado de Educação

A escola EB 23 disponibiliza um serviço de aquecimento de refeições, através de micro-ondas, destinado a todos os alunos que pretendam levar o almoço de casa.

Por questões de higiene e segurança, a utilização deste serviço obedece a um conjunto de normas e procedimentos que constam de regulamento próprio e que é transcrito no verso deste documento.

Para acederem ao serviço os alunos necessitam de declaração de responsabilidade dos respetivos encarregados de educação devendo, para o efeito, preencher e devolver o destacável deste documento.

Celeirós, 1 de setembro de 2025

O Diretor  
Carlos Alberto Louro

✂.....  
(entregar ao DT)

## DECLARAÇÃO

Eu, \_\_\_\_\_, encarregado de educação do  
aluno \_\_\_\_\_, n.º \_\_\_\_\_, do \_\_\_\_\_º ano da  
turma \_\_\_\_\_, do Agrupamento de Escolas de Celeirós, declaro que recebi informações  
sobre o SERVIÇO DE AQUECIMENTO DE REFEIÇÕES, através de micro-ondas,  
disponibilizado pela escola EB 23. Mais declaro que estou consciente das normas de  
segurança e procedimentos impostos para a sua utilização e que:

☐ **AUTORIZO** o meu educando a utilizar o serviço

☐ **NÃO AUTORIZO** o meu educando a utilizar o serviço

\_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

O Encarregado de Educação

\_\_\_\_\_

Exmo. Senhor  
Encarregado de Educação

A escola EB 23 disponibiliza um serviço de aquecimento de refeições, através de micro-ondas, destinado a todos os alunos que pretendam levar o almoço de casa.

Por questões de higiene e segurança, a utilização deste serviço obedece a um conjunto de normas e procedimentos que constam de regulamento próprio e que é transcrito no verso deste documento.

Para acederem ao serviço os alunos necessitam de declaração de responsabilidade dos respetivos encarregados de educação devendo, para o efeito, preencher e devolver o destacável deste documento.

Celeirós, 1 de setembro de 2025

O Diretor  
Carlos Alberto Louro

✂.....  
(entregar na Direção)

## DECLARAÇÃO

Eu, \_\_\_\_\_, encarregado de educação do  
aluno \_\_\_\_\_, n.º \_\_\_\_\_, do \_\_\_\_\_º ano da  
turma \_\_\_\_\_, do Agrupamento de Escolas de Celeirós, declaro que recebi informações  
sobre o SERVIÇO DE AQUECIMENTO DE REFEIÇÕES, através de micro-ondas,  
disponibilizado pela escola EB 23. Mais declaro que estou consciente das normas de  
segurança e procedimentos impostos para a sua utilização e que:

☐ **AUTORIZO** o meu educando a utilizar o serviço

☐ **NÃO AUTORIZO** o meu educando a utilizar o serviço

\_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

O Encarregado de Educação

\_\_\_\_\_

## REGULAMENTO

### SERVIÇO DE AQUECIMENTO DE REFEIÇÕES – MICRO-ONDAS

1. O serviço de aquecimento das refeições funciona no REFEITÓRIO, todos os dias, entre as 12h30 e as 13h00 e entre as 13h30 e as 14h00.
2. O micro-ondas não pode ser manuseado por alunos. Para aquecerem a refeição devem solicitar o apoio do funcionário de serviço no espaço.
3. A refeição (devidamente cozinhada) deve vir acondicionada num recipiente adequado ao uso de micro-ondas. Não podem ser utilizados recipientes de metal, de papel de alumínio e louça com partes metálicas.
4. Para aquecer as refeições deve ser selecionada a posição média (nível 4) e um tempo de aquecimento nunca superior a 3 minutos.
5. Para evitar queimaduras é conveniente usar luvas para retirar os recipientes do micro-ondas.
6. A fim de reduzir o risco de explosão e a fervura instantânea os líquidos e outros alimentos não devem ser aquecidos em recipientes selados.
7. Durante o aquecimento de líquidos deve ser colocada uma vareta de vidro ou algo similar (por exemplo uma colher) dentro do recipiente, para evitar que atinja a temperatura de ebulição e eventuais queimaduras quando se retira do micro-ondas.
8. Alimentos com pele, casca ou membrana, como por exemplo tomate, batata, salsicha, maçãs, castanhas e ovo (com casca), devem ser furados com um garfo ou palito antes de serem colocados no micro-ondas pois podem estourar dentro do aparelho ou quando forem retirados para comer.
9. Alimentos com pouca humidade, como pão ou bolos, também não devem ser aquecidos no micro-ondas devido a risco de explosão e incêndio.
10. Não são disponibilizados, pratos, copos e talheres, nem guardanapos.
11. No final da refeição o espaço deve ficar limpo e arrumado.

## REGULAMENTO

### SERVIÇO DE AQUECIMENTO DE REFEIÇÕES – MICROONDAS

1. O serviço de aquecimento das refeições funciona no REFEITÓRIO, todos os dias, entre as 12h30 e as 13h00 e entre as 13h30 e as 14h00.
2. O micro-ondas não pode ser manuseado por alunos. Para aquecerem a refeição devem solicitar o apoio do funcionário de serviço no espaço.
3. A refeição (devidamente cozinhada) deve vir acondicionada num recipiente adequado ao uso de micro-ondas. Não podem ser utilizados recipientes de metal, de papel de alumínio e louça com partes metálicas.
4. Para aquecer as refeições deve ser selecionada a posição média (nível 4) e um tempo de aquecimento nunca superior a 3 minutos.
5. Para evitar queimaduras é conveniente usar luvas para retirar os recipientes do micro-ondas.
6. A fim de reduzir o risco de explosão e a fervura instantânea os líquidos e outros alimentos não devem ser aquecidos em recipientes selados.
7. Durante o aquecimento de líquidos deve ser colocada uma vareta de vidro ou algo similar (por exemplo uma colher) dentro do recipiente, para evitar que atinja a temperatura de ebulição e eventuais queimaduras quando se retira do micro-ondas.
8. Alimentos com pele, casca ou membrana, como por exemplo tomate, batata, salsicha, maçãs, castanhas e ovo (com casca), devem ser furados com um garfo ou palito antes de serem colocados no micro-ondas pois podem estourar dentro do aparelho ou quando forem retirados para comer.
9. Alimentos com pouca humidade, como pão ou bolos, também não devem ser aquecidos no micro-ondas devido a risco de explosão e incêndio.
10. Não são disponibilizados, pratos, copos e talheres, nem guardanapos.
11. No final da refeição o espaço deve ficar limpo e arrumado.