



Agrupamento de Escolas Engº Duarte Pacheco

Ementa Geral



maio de 2024 (Ementa sujeita a alterações)

Semana	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
De 01 a 03			FERIADO 1 de maio Dia do Trabalhador	Sopa de ervilhas c/ coentros Salmão com macarrão pen/ cogumelos/brócolos Salada tomate/cenoura/cebola Fruta da época	Sopa de nabiça Febras de porco estufadas c/ arroz de cenoura Salada alface/tomate/cebola Fruta da época
De 06 a 10	Sopa de abóbora c/hortaliça Massa de atum c/ milho Salada pepino/cebola/tomate Fruta da época	Sopa peixe Jardineira de frango c/ batata/ervilhas/cenouras feijão-verde Salada alface/beterraba/cebola Fruta da época	Sopa de brócolos Filetes de Red Fish no forno c/ molho de coentros e arroz Salada tomate/cebola/milho Fruta da época	Feriado Municipal Dia da Espiga	Sopa de espinafres Massa de peixe c/ tintureira e perca Salada alface/tomate/cebola Fruta da época
De 13 a 17	Sopa de feijão Esparguete à carbonara (fiambre porco/frango/cogumelos) c/ natas vegetais/queijo pó Salada pepino/cebola/tomate Fruta da época	Sopa de legumes Abrótea cozida c/ batata, brócolos Salada alface/tomate/cebola Fruta da época	Sopa de hortaliça Feijoada c/ carne de porco, batata doce, cenoura e abóbora e arroz Salada alface/cenoura/cebola Fruta da época	Sopa de grão c/ nabiça Medalhães pescada no forno c/ batata e feijão-verde Salada alface/beterraba/cebola Fruta da época	Sopa de alface c/ coentros Bifes de peru de cebolada c/ masa espiral Salada alface/tomate/cebola Fruta da época
De 20 a 24	Sopa creme de cenoura Filetes de pescada no forno com arroz de tomate Salada pepino/cebola/tomate Fruta da época	Sopa de couve Esparguete à bolonhesa (vaca/porco), com queijo em pó Salada alface/beterraba/cebola Fruta da época	Sopa de grão Bacalhau à Brás c/azeitonas pretas Salada tomate/cebola/milho Fruta da época	Sopa Juliana Frango estufado c/ arroz de cenoura Salada alface/cebola/pepino Fruta da época	Sopa de feijão-verde Salada de grão com bacalhau c/ macedónia de legumes e ovo Salada alface/tomate/cebola Fruta da época
De 27 a 31	Sopa de abóbora c/hortaliça Panados de Frango no forno com massa de lacinhos Salada pepino/cebola/tomate Fruta da época	Sopa de espinafres Maruca cozida c/ batata e cenoura Salada alface/tomate/cebola Fruta da época	Sopa de feijão c/ lombarda Lombo de porco no forno c/ arroz de cenoura Salada alface/cenoura/cebola Fruta da época	FERIADO (Corpo de Deus)	Sopa de cenoura c/ alho-francês Salada russa c/ atum(batata feijão frade/feijão-verde/ cenoura/ervilhas/ovo) Salada pepino/cebola/tomate Fruta da época

