

Agrupamento de Escolas Engº Duarte Pacheco

Ementa Geral

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ENGº DUARTE PACHECO - LOULÉ

março de 2019 (Ementa sujeita a alterações)

Semana	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
1					Sopa coentros Prato filetes de Perca c/arroz de bróculos Salada pepino/cebola/canónigos Fruta da época
De 04 a 08	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	Sopa de lentilhas Prato vitela estufada c/ massa espirais Salada alface/milho/cebola Fruta da época	Sopa de feijão e nabiça Prato lulas estufadas c/ puré batata Salada tomate/cenoura/agrião Gelado/Fruta da época
De 11 a 15	Sopa de favas Pizza de fiambre e queijo Salada alface/tomate/milho Fruta da época	Sopa de grão Prato arroz de pato Salada tomate/pepino/alface Pudim/Fruta da época	Sopa feijão verde Prato salmão no forno c/ puré de batata Salada canónigos/bet./tomate Fruta da época	Sopa de caldo verde Prato feijoada com batata doce, abóbora, espinafres c/carne de porco e arroz Salada alface/milho/cenoura Fruta da época	Sopa de agrião Prato lombos bacalhau no forno c/ bat. Cozida e brócolos Salada tomate/bet./cenoura Fruta da época
De 18 a 22	Creme de cogumelos Prato arroz de atum Salada de tomate, rúcula e cebola Fruta da época	Sopa Peixe (tamboril) Prato pernas de frango no forno c/ massa farfalle Salada canónigos/ tomate/ bet. Fruta da época	Sopa de Canja Prato Bacalhau à Brás c/azeitonas pretas Salada alface/cenoura/agrião Fruta da época	Sopa de Brócolos Prato bifes de perú c/ cogu. natas vegetais e massas espirais Salada alface/tomate/cebola Fruta da época	Sopa alho francês Prato Maruca cozida c/ batata brócolos, cenoura Salada rúcula/tomate/cebola Fruta da época/ iogurtes
De 25 a 29	Creme de cenoura Prato douradinhos c/ arroz de tomate Salada pepino/cebola/tomate Fruta da época	Sopa espinafres Prato lombo porco n/ forno c/massas espirais tricolor Saladacanónigos/tomate/cebola Fruta da época	Sopa Juliana Prato pescada cozida c/ Bat/ feijão verde Bruxelas Salada alface/ milho/ beterraba Gelatina/Fruta da época	Sopa de ervilhas Prato esparguete à bolonhesa (vaca/porco), cogumelos e queijo pó Salada couve roxa/tomate/cebola Fruta da época	Sopa de repolho Prato salada russa de atum c/feijão frade/batata/ cenoura feijão verde e ovo Salada alface/tomate/rúcula Fruta da época

O Diretor, Carlos Fernandes