



Agrupamento de Escolas Engº Duarte Pacheco



Ementa Geral

maio de 2019 (Ementa sujeita a alterações)

Semana	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
De 02 a 03			FERIADO (Dia do Trabalhador)	Sopa Juliana Prato pastéis de bacalhau c/arroz cenoura Salada alface/rúcula/cebola Fruta da época	Sopa peixe Prato peito de peru estufado c/ cogumelos e massas espirais Salada alface/cebola/cenoura Fruta da época
De 06 a 10	Creme de ervilhas Prato arroz de atum c/ azeitonas Salada alface/tomate/pepino Fruta da época	Sopa de grão Prato carne porco c/ameijoia/batata/pickles Salada lface/tomate/rúcula Fruta da época	Sopa de espinafres Prato Filetes perca no forno c/arroz de tomate Salada alface/bet./cebola Fruta da época	Sopa de feijão verde Prato bifes peru c/ cogum. e natas vegetais c/ massa farfalle Salada canónigos/bet./tomate Fruta da época	Sopa de Agrião Prato lulinhas estufadas c/ arroz Salada tomate/bet./cenoura Fruta da época/ Gelado
De 13 a 17	Creme de favas Pizza de fiambre e queijo Salada alface/tomate/milho Fruta da época	Sopa de nabiça Prato maruca cozida c/ Batata, bróculos, couve flor Salada pepino/cebola/tomate Pudim/ Fruta da época	Sopa de caldo verde Prato vitela estufada C/ espirais Salada alface/tomate/cebola Fruta da época	Sopa alho francês Prato Bacalhau à Brás c/azeitonas pretas Salada canónigos/bet./tomate Fruta da época	Sopa de coentros Prato arroz de pato Salada tomate/pepino/alface Fruta da época
De 20 a 24	Creme de cogumelos Prato filetes pescada panados c/ arroz ervilhas Salada de tomate, rúcula e cebola Fruta da época	Sopa creme de brócolos Prato pernas de frango no forno c/ espirais Salada canónigos/ tomate/ bet. Fruta da época	Sopa de feijão Prato medalhões pescada forno c/ puré batata Salada alface/cenoura/agrião Fruta da época	Sopa beldroegas Prato feijoada com batata doce, abóbora, espinafres c/carne de porco e arroz Salada alface/milho/cenoura Fruta da época/ Gelatina	Canja Prato salmão no forno c/ batatas, couve flor e bróculos Salada rúcula/tomate/cebola Fruta da época
De 27 a 31	Creme de cenoura Prato hamburger de aves c/ macarrão,cogumelos brócolos,natas vegetais Salada pepino/cebola/tomate Fruta da época	Sopa espinafres Prato pescada cozida c/ batatas, couve flor e bróculos Salada rúcula/tomate/cebola Fruta da época	Sopa lentilhas Prato esparguete à bolonhesa (vaca/porco), cogumelos e queijo pó Salada alface/ milho/ beterraba Fruta da época	FERIADO MUNICIPAL	Sopa creme abóbora Salada russa c/ atum, ovo azeitonas cen/bat/ ervilha Salada alface/tomate/cebola Fruta da época/ iogurtes

O Diretor, Carlos Fernandes