



# Agrupamento de Escolas Engº Duarte Pacheco

## Ementa Geral



### dezembro de 2024 (Ementa sujeita a alterações)

Semana	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<b>De 02 a 06</b>	Sopa creme de cogumelos Arroz de atum c/ pimento vermelho e coentros  Salada pepino/cebola/tomate Fruta da época	Sopa de espinafres Grão com batata doce, abóbora, espinafres e carne de porco e massa cotevelinho Salada cenoura/tomate/cebola Fruta da época	Sopa Juliana Filete da Dourada no forno c/ molho de limão, batata e brócolos Salada alface/cenoura/cebola Fruta da época	Sopa de feijão c/ repolho Frango estufado c/ cenoura e massa espiral tricolor Salada alface/cenoura/cebola Fruta da época	Sopa caldo verde Pota estufada com batata e pimento verde  Salada alface/tomate/cebola Fruta da época
<b>De 09 a 13</b>	Sopa creme de abóbora Hambúguer (vaca/porco) no forno c/ massa farfalle  Salada pepino/cebola/tomate Fruta da época	Sopa de Canja Posta de Pescada cozida com batata, feijão-verde  Salada cebola/tomate/pepino Fruta da época	Sopa de nabiça Esparguete à bolonhesa (vaca/porco), com queijo em pó Salada milho/cenoura/cebola Fruta da época	Sopa de grão c/espinafres Bacalhau à Brás com azeitonas pretas  Salada tomate/cenoura/cebola Fruta da época	Sopa de feijão-verde Pernas de frango no forno c/ massa espiral tricolor  Salada pepino/tomate/cebola Fruta da época
<b>De 16 a 20</b>	Sopa creme de cenoura Solha no forno c/ molho de limão e arroz de coentros  Salada pepino/cebola/tomate Fruta da época	Sopa de lentilhas Panados de frango no forno com massa de lacinhos  Salada pepino/cenoura/cebola Fruta da época	Sopa de brócolos Posta de Maruca cozida c/ batata, brócolos e ovo Salada tomate/cebola/milho Fruta da época	Sopa de repolho Vitela estufada com cenoura e massa espiral  Salada tomate/cenoura/pepino Fruta da época	Sopa de coentros Filetes de salmão no forno c/ervas aromáticas, batata e couve-flor Salada tomate/cenoura/milho Fruta da época
<b>De 23 a 27</b>	Sopa de ervilhas Esparguete à carbonara (frango/cogumelos/fiambre porco) c/ natas vegetais/queijo pó Salada pepino/cebola/tomate Fruta da época	<b>Tolerância de Ponto</b>	<b>Natal</b>	<b>Tolerância de Ponto</b>	Sopa de legumes c/ hortaliça Filetes de pescada panados (forno) com arroz de cenoura  Salada pepino/cebola/tomate Fruta da época
<b>De 30 a 31</b>	Sopa de grão c/ nabiça Macarrão c/ atum, milho tomate e cogumelos  Salada pepino/cebola/tomate Fruta da época	<b>Tolerância de Ponto</b>			

O Diretor, Carlos Fernandes

 Final das atividades letivas do 1.º Período

 Componente de Apoio à Família (Pré-Escolar)

