



Agrupamento de Escolas Engº Duarte Pacheco

Ementa Geral



fevereiro de 2025 (Ementa sujeita a alterações)

Semana	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
De 03 a 07	Sopa creme de cenoura Filete de dourada no forno c/ molho de coentros e arroz de cenoura Salada pepino/cenoura/tomate Fruta da Época	Sopa de espinafres Esparguete à bolonhesa (vaca/porco), com queijo em pó Salada alface/beterraba/tomate Fruta da Época	Sopa de feijão-verde Arroz de bacalhau com coentros e pimento vermelho Salada tomate/pepino/milho Fruta da Época	Sopa de Peixe Jardineira de frango c/ batata ervilhas/cenouras/feijão-verde Salada tomate/cenoura/alface Fruta da Época	Sopa de feijão c/ hortaliça Salmão com macarrão pen/ cogumelos/brócolos/natas vegetais Salada alface/tomate/beterraba Fruta da Época
De 10 a 14	Sopa de grão Panados de frango no forno c/ massa espiral Salada beterraba/alface/tomate Fruta da Época	Sopa Caldo Verde Feijoada de chocos c/ arroz branco Salada alface/tomate/pepino Fruta da Época	Sopa Juliana Lombo de porco no forno c/ massa de lacinhos e legumes salteados Salada alface/milho/pepino Fruta da Época	Sopa de hortaliça Pescada no forno c/ batata cozida e couve-flor Salada tomate/cenoura/beterraba Fruta da Época	Sopa de legumes Bifes de peru de cebolada c/ arroz de cenoura Salada alface/tomate/pepino Fruta da Época
De 17 a 21	Sopa de cenoura c/ couve Macarrão c/ atum e milho Salada pepino/cenoura/tomate Fruta da Época	Sopa de brócolos Frango c/ feijão branco, cenoura e arroz Salada alface/beterraba/tomate Fruta da Época	Sopa de nabiça Salmão no forno c/ molho de tomate, batata cozida e cenoura Salada tomate/pepino/milho Fruta da Época	Sopa creme de lentilhas Febras de porco estufadas com massa espiral tricolor Salada tomate/cenoura/alface Fruta da Época	Sopa de alface c/ coentros Abrótea cozida c/ batata feijão-verde e ovo Salada alface/tomate/beterraba Fruta da Época
De 24 a 28	Sopa de abóbora c/ hortaliça Esparguete à carbonara (fiambre porco/frango/cogumelos) c/ natas vegetais/queijo pó Salada beterraba/alface/tomate Fruta da Época	Sopa de ervilhas Solha no forno c/ molho de limão, batata, brócolos Salada alface/tomate/pepino Fruta da Época	Sopa de beldroegas Carne de porco c/ ameijoas/pickles e arroz Salada alface/milho/pepino Fruta da Época	Sopa Canja Pescada cozida c/ batata e cenoura e ovo Salada tomate/cenoura/beterraba Fruta da Época	Sopa de grão c/ nabiça Massa espiral com atum, milho, tomate e azeitonas Salada alface/tomate/pepino Fruta da Época

O Diretor, Carlos Fernandes