



Agrupamento de Escolas Engº Duarte Pacheco

Ementa Geral

abril de 2026 (Ementa sujeita a alterações)



Semana	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
De 01 a 03			Sopa Juliana Maruca cozida com batata, brócolos e ovo a) 2, 3, 4, 14 Salada alface/beterraba/tomate Fruta da época	Tolerância de Ponto	FERIADO 6.ª Feira Santa
De 06 a 10	Sopa de alface c/ coentros Arroz de atum c/ cenoura e coentros a) 4 Salada beterraba/alface/tomate Fruta da época	Sopa grão c/ nabiça Bifes de peru de cebolada c/ massa espiral a) 1, 6, 10 Salada alface/tomate/pepino Fruta da época	Sopa de couve lombarda Pescada no forno c/ molho de tomate, batata e feijão-verde a) 2, 4, 14 Salada alface/milho/pepino Fruta da época	Sopa de legumes Costeletas de porco estufadas c/ arroz de coentros a) sem alergénios Salada tomate/cenoura/beterraba Fruta da época	Sopa de espinafres Massa de peixe c/ salmão e perca a) 1, 2, 4, 6,10, 14 Salada alface/tomate/cenoura Fruta da época
De 13 a 17	Sopa de ervilhas Panados de frango no forno c/ massa de lacinhas a)1, 3, 6, 7, 10, 11 Salada pepino/cenoura/tomate Fruta da época	Sopa de nabiça Pota estufada com batata, ervilhas e pimento vermelho a) 14 Salada alface/beterraba/tomate Fruta da época	Sopa de feijão-verde Lombo de porco no forno c/ arroz de cenoura e legumes salteados a) sem alergénios Salada tomate/pepino/milho Fruta da época	Sopa de grão c/ espinafres Salmão com macarrão pen/ cogumelos/brócolos/natas vegetais a) 1, 2, 4, 6, 10,1 4 Salada alface/milho/pepino Fruta da época	Sopa Juliana Feijoada c/ carne de porco, batata doce, cenoura abóbora e arroz a) sem alergénios Salada tomate/cenoura/alface Fruta da época
De 20 a 24	Sopa creme de cenoura Hambúguer (vaca/porco) no forno c/ massa espiral a) 1, 3, 6, 7, 9, 10 Salada alface/tomate/pepino Fruta da época	Sopa de legumes Red-Fish no forno c/ molho de limão, batata e cenoura a) 2, 4, 14 Salada beterraba/alface/tomate Fruta da época	Sopa de feijão c/ nabiça Frango estufado c/ cenoura e massa de lacinhas a) 1, 6, 10 Salada alface/tomate/pepino Fruta da época	Sopa creme de cogumelos Filetes de Pescada no forno c/ arroz de cenoura a) 1, 2, 3, 4, 6, 7,10, 14 Salada alface/milho/pepino Fruta da época	Sopa de brócolos Jardineira de vitela c/ batata ervilhas/cenouras/feijão-verde a) sem alergénios Salada tomate/cenoura/alface Fruta da época
De 27 a 30	Sopa creme de lentilhas Filete de Dourada no forno c/ arroz de coentros a) 2, 4, 14 Salada pepino/cenoura/tomate Fruta da época	Sopa Juliana Pernas de frango no forno c/ massa (macarronete) a) 1,6,10 Salada alface/beterraba/tomate Fruta da época	Sopa de abóbora c/ coentros Bacalhau com grão, batata cozida e ovo a) 2, 3, 4, 14 Salada tomate/pepino/milho Fruta da época	Sopa de nabiça Carne de porco c/ ameijoas/pickles e arroz a) 12, 14 Salada alface/tomate/pepino Fruta da época	O Diretor, Carlos Fernandes

Componente de Apoio à Família (Pré-Escolar)- março- dias 30 e 31/ abril- dias 1, 7, 8, 9, 10

Ferias para Todos- De 6 a 10 de abril

Comemoração do Dia da Língua Inglesa (23 de abril)

O prato principal nas Escolas Eng.º Duarte Pacheco e Prof. Dr. Aníbal Cavaco Silva será "Fish and Chips"

a) Alergénios (a refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados):

1-Cereais que contêm glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixes, 5- Amendoins, 6- Soja, 7-Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos,13-Tremoço,14-Moluscos.

