



Agrupamento de Escolas Engº Duarte Pacheco

Ementa Geral



setembro de 2022 (Ementa sujeita a alterações)

Semana	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
De 1 a 2					
De 5 a 9					
De 12 a 16					
De 19 a 23	Sopa creme de cenoura Salada russa c/ atum(batata feijão frade/feijão verde/ cenoura/ervilhas/ovo) Salada: alface/rúcula/cebola Fruta da Época	Sopa juliana Esparguete à bolonhesa (vaca/porco), com queijo em pó Salada: tomate/ milho/ beterraba Fruta da Época	Sopa de grão Bacalhau à Brás c/ azeitonas pretas Salada; cenoua/ alface/ cebola Fruta da Época	Sopa de nabiça Frango estufado c/ massa de lacinhos Salada: Tomate/ canónigos Fruta da Época	Sopa de couve Arroz de cação Salada: alface/rúcula/cebola Fruta da Época
De 26 a 30	Sopa creme de ervilhas Panados de frango com arroz de cenoura Salada: tomate/alface/cebola Fruta da Época	Sopa de espinafres Feijoada de chocos Salada: rúcula/alface/cebola Fruta da Época	Sopa de feijão Arroz de pato Salada:tomate/pepino/cebola Fruta da Época	Sopa de feijão verde Salmão c/ macarrão penne/cogum/brócolos/ natas vegetais Salada: tomate/alface/beterraba Fruta da Época	Sopa de repolho Jardineira de vitela com cenoura Salada: alface/ canónigos/cebola Fruta da Época

O Diretor,
Carlos Fernandes

