



# Ementa Semanal nº 25



**D. Sancho II**  
Agrupamento de Escolas  
**Alijó**

SEMANA Nº10	2ª FEIRA 02/03/2026	3ª FEIRA 03/03/2026	4ª FEIRA 04/03/2026	5ª FEIRA 05/03/2026	6ª FEIRA 06/03/2026	EMENTA DE RECURSO
SOPA	<u>Creme de Cenoura com Ervilhas</u>	Sopa de Feijão Verde	Sopa de Couve Lombarda Com Grão	Creme de Cenoura	Sopa de Alho Francês	Creme de Cenoura
CARNE/PEIXE	<sup>1,7</sup> <u>Strogonof com Massa</u>	<sup>1,3</sup> Nuggets de Frango	<sup>3,4</sup> Maruca Cozida com Ovo e Batata	<sup>1</sup> Massa à Lavrador	<sup>1,4</sup> Peixe Vermelho Assado no forno	Costeleta de Porco
ACOMPANHAMENTO	<sup>1,7</sup> <u>Massa</u>	<sup>1,3</sup> Arroz de Cenoura	<sup>3,4</sup> Batata Cozida	<sup>1</sup> Massa	<sup>1,4</sup> Arroz de Ervilha	<sup>1</sup> Arroz Cenoura
HORTÍCOLAS LEGUMES	<u>Salada:</u> <u>Alface</u> <u>Couve-Roxa</u> <u>Milho Doce</u>	Salada: Cenoura Pepino Alface	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Cenoura Pepino Alface	Salada: Alface Couve-Roxa Milho Doce	Salada: Cenoura Tomate Alface
FRUTA/DOCE	<u>Sobremesa:</u> <u>Salada de Fruta</u> <u>Banana</u> <u>Maçã</u>	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Clementina Pêra Maçã	Sobremesa: Clementina Pêra Maçã	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Maçã Laranja Pêra

Aprovada em :11/02/2026

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1- Glúten; 2- Crustáceos; 3- Ovos; 4- Peixes; 5- Amendoins; 6- Soja; 7- Leite; 8- Fruta de casca rijã; 9- Aipo; 10- Mostarda; 11- Sementes de sésamo; 12- Sulfitos/Dióxido de enxofre; 13- Tremeços; 14- Moluscos.

**O Diretor**

Aviso: Por motivos alheios a ementa pode sofrer alterações.