



D. Sancho II
Agrupamento de Escolas
Alijó

Ementa Semanal nº 44

SEMANA Nº3	2ª FEIRA 13/07/2026	3ª FEIRA 14/07/2026	4ª FEIRA 15/07/2026	5ª FEIRA 16/07/2026	6ª FEIRA 18/07/2026	EMENTA DE RECURSO
SOPA	Creme de Cenoura com Ervilhas	Sopa de Couve	Creme de Cenoura com Ervilhas	Sopa de Couve Lombarda com Grão	Sopa de Alho Francês	Creme de Cenoura
CARNE/PEIXE	Ovos Mexidos com Salsicha e Arroz ^{1,3}	Salada Russa ^{3,4}	Strogonoff com Massa ^{1,7}	Lombo de Pescada Gratinada ^{1,4,7}	Massa de Feijão com Vitela Estufada ¹	Rissóis de Carne ¹
ACOMPANHAMENTO	Arroz de Cenoura ^{1,3}	Batata Cozida ^{3,4}	Massa ^{1,7}	Arroz de Ervilha ^{1,4,7}	Massa ¹	Arroz de Ervilha ¹
HORTÍCOLAS	Salada: Alface Cenoura Milho Doce	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Alface Couve-Roxa Milho Doce	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Cenoura Pepino Alface
FRUTA/DOCE	Sobremesa: Pêra Maçã Banana	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Pêssego em Calda Pêra Maçã	Sobremesa: Pêss em Calda Maçã Laranja	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja

Aprovada em : 07/07/2026

O Diretor

A 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 rijá; 9-Aipo; 10-Mostarda; 11- Sementes de sésamo; 12- Sulfitos/Dióxido de enxofre; 13- Tremoços; 14- Moluscos.

Aviso: Por motivos imprevistos a ementa pode sofrer alterações.