



D. Sancho II
Agrupamento de Escolas
Alijó

Ementa Semanal nº 3

SEMANA Nº40	2ª FEIRA 28/09/2026	3ª FEIRA 29/09/2026	4ª FEIRA 30/09/2026	5ª FEIRA 01/10/2026	6ª FEIRA 02/10/2026	EMENTA DE RECURSO
SOPA	Creme de Cenoura	<u>Sopa de Espinafre</u>	<u>Sopa de Espinafre</u>	Sopa de Alho Francês	Sopa de Espinafre	Creme de Cenoura
CARNE/PEIXE	¹ Bifinhos de Peru com Cogumelos e Massa	^{1,4} <u>Bolinhos de Bacalhau com Arroz</u>	^{1,7} <u>Massa à Bolonhesa</u>	⁴ Bacalhau Assado no Forno	¹ Costeleta de Porco com Arroz	¹ Cordon Bleu com Arroz
ACOMPANHAMENTO	¹ Massa	^{1,4} <u>Arroz de Feijão</u>	^{1,7} <u>Massa</u>	⁴ Batata Cozida	¹ Arroz de Ervilha	¹ Arroz
HORTÍCOLAS	Salada: Cenoura Tomate Alface	<u>Salada:</u> <u>Cenoura</u> <u>Pepino</u> <u>Alface</u>	<u>Salada:</u> <u>Cenoura</u> <u>Pepino</u> <u>Alface</u>	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Cenoura Tomate Alface
FRUTA/DOCE	Sobremesa: Maçã Banana Laranja	<u>Sobremesa:</u> <u>Pêra</u> <u>Maçã</u> <u>Laranja</u>	<u>Sobremesa:</u> <u>Pêra</u> <u>Maçã</u> <u>Banana</u>	Sobremesa: Banana Pêra Maçã	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Laranja Banana Maçã

Aprovada em :

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.