



D. Sancho II
Agrupamento de Escolas
Alijó

Ementa Semanal nº 17

SEMANA Nº2	2ª FEIRA 05/01/2026	3ª FEIRA 06/01/2026	4ª FEIRA 07/01/2026	5ª FEIRA 08/01/2026	6ª FEIRA 09/01/2026	EMENTA DE RECURSO
SOPA	Sopa de Couve	Sopa de Espinafre	Sopa de Couve	Sopa de Alho Francês	Sopa de Espinafre	Sopa de Alho Francês
CARNE/PEIXE	^{1,4} Arroz de Polvo	^{1,3,4} Rissóis de Pescada com Arroz	^{1,3} Ovos Mexidos com Salsicha	Jardineira de Aves (Frango, Peru)	¹ Coxa de Frango Assado	⁴ Bacalhau Assado no Forno com Batata
ACOMPANHAMENTO	^{1,4} Arroz	^{1,3,4} Arroz de Ervilha	^{1,3} Arroz de Cenoura	Batata Cozida	¹ Arroz de Ervilha	⁴ Batata Cozida
HORTÍCOLAS	Salada: Alface Couve-Roxa Milho Doce	Salada: Cenoura Pepino Alface	Salada: Alface Tomate Pepino	Salada: Alface Couve-Roxa Milho Doce	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Cenoura Pepino Alface
FRUTA/DOCE	Sobremesa: Clementina Pêra Maçã	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Mousse de Choc Maçã Laranja	Sobremesa: Pêra Maçã Banana	Sobremesa: Kiwi Maçã Laranja

Aprovada em : 06/01/2026

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.