



D. Sancho II
Agrupamento de Escolas
Alijó

Ementa Semanal nº 18

SEMANA Nº3	2ª FEIRA 12/01/2026	3ª FEIRA 13/01/2026	4ª FEIRA 14/01/2026	5ª FEIRA 15/01/2026	6ª FEIRA 16/01/2026	EMENTA DE RECURSO
SOPA	Creme de Cenoura com Ervilhas	Sopa de Alho Francês	Sopa de Espinafre	Sopa de feijão	Sopa de Espinafre	Sopa de Espinafre
CARNE/PEIXE	1,7 Strogonof com Massa	1,3,4 Douradinhos com Arroz	1 Costeleta de Porco com Arroz	1,4 Massa de Atum	Vitela Assada no Forno com Arroz	1,4 Bolos Bacalhau
ACOMPANHAMENTO	1,7 Massa	1,3,4 Arroz de Tomate	1 Arroz de Ervilha	1,4 Massa	Arroz de Cenoura	1,4 Arroz
HORTÍCOLAS	Salada: Alface Couve-Roxa Milho Doce	Salada: Cenoura Pepino Alface	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Alface Couve Roxa Milho Doce	Salada: Cenoura Pepino Alface
FRUTA/DOCE	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Kiwi Maçã Laranja	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Mousse de choc 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 rija; 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.