



D. Sancho II
Agrupamento de Escolas
Alijó

Ementa Semanal nº 45

SEMANA Nº26	2ª FEIRA 20/07/2026	3ª FEIRA 21/07/2026	4ª FEIRA 22/07/2026	5ª FEIRA 23/07/2026	6ª FEIRA 24/07/2026	EMENTA DE RECURSO
SOPA	Creme de Cenoura Com Ervilha	Sopa de Feijão Verde	Sopa de Feijão	Sopa de Espinafre	Sopa de Alho Francês	Sopa de Espinafre
CARNE/PEIXE	Ovos Mexidos ^{1,3} com Salsicha	Rissóis de Carne ^{1,3}	Massa de Atum ¹	Lombo De Porco ¹ Assado	Fêveras no ¹ Tacho	Costeleta de Porco ¹ com Arroz
ACOMPANHAMENTO	Arroz de Ervilha ^{1,3}	Arroz de Feijão ^{1,3}	Massa ¹	Arroz de ¹ Cenoura	Massa	Arroz de Ervilha ¹
HORTÍCOLAS	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Alface Couve-Roxa Milho Doce	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Cenoura Pepino Alface	Salada: Alface Cenoura Milho Doce	Salada: Alface Couve-Roxa Milho Doce
FRUTA/DOCE	Sobremesa: Banana Pêra Laranja	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Pêra Maçã Banana

Aprovada em : 14-07-2026

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.