



D. Sancho II
Agrupamento de Escolas
Alijó

Ementa Semanal nº 2

SEMANA Nº39	2ª FEIRA 21/09/2026	3ª FEIRA 22/09/2026	4ª FEIRA 23/09/2026	5ª FEIRA 24/09/2026	6ª FEIRA 25/09/2026	EMENTA DE RECURSO
SOPA	Sopa de Couve	Crema de Cenoura com Ervilhas	Sopa de Espinafre	Sopa de Alho Francês	Sopa de Couve Lombarda com Grão	Sopa de Espinafre
CARNE/PEIXE	¹ Costeleta de Porco com Arroz	^{1,4} Lomb de Pesc Gratinado no Forno Com Massa	¹ Espetadas de Peru com Arroz	⁴ Bacalhau Assado no Forno	¹ Massa de Frango	^{1,4} Bolinhos de Bacalhau com Arroz
ACOMPANHAMENTO	¹ Arroz de Ervilha	^{1,4} Massa	¹ Arroz de Cenoura	⁴ Batata Cozida	¹ Massa	^{1,4} Arroz de Feijão
HORTÍCOLAS	Salada: Cenoura Pepino Alface	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Cenoura Tomate Alface	Salada: Cenoura Pepino Alface	Salada: Cenoura Pepino Alface
FRUTA/DOCE	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Pêssego em Cal Maçã Pêra	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja	Sobremesa: Banana Pêra Maçã	Sobremesa: Clementina Pêra Maçã	Sobremesa: Pêra Maçã Laranja

Aprovada em : 28/08/2026

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- Tremeços; 14- Moluscos.

Aviso: Por motivos imprevistos a ementa pode sofrer alterações.