



# Agrupamento de Escolas Eng<sup>o</sup> Duarte Pacheco

## Ementas



de outubro de 2017 (Ementa sujeita a alterações)

Semana	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<b>De 02 a 06</b>	Sopa Creme cenoura Prato Filetes pescada panados c/arroz ervilha	Sopa Agrião Prato Jardineira frango c/batata/cenoura/ervilha	Sopa Feijão Prato Arroz atum	<b>FERIADO</b>	Sopa creme couve flor Prato Panados de frango c/massa espiral
	Salada Alface/tomate/Cenoura Fruta da época	Salada tomate/Alface/Pepino Fruta da época	Salada Alface/Pepino/Tomate Iogurte/Fruta da época		Salada Agrião/Cebola/Alface Fruta da época
<b>De 09 a 13</b>	Sopa Creme de Favas Prato Macarrão c/cogumelos Brócolos e hamburger vegetariano	Sopa Alface Prato Grão c/carne porco e massa cotovelinhos	Sopa Creme abobora Prato Bacalhau à Brás c/azeitonas Pretas	Sopa Espinafres Prato Perna de frango forno c/ esparguete	Sopa Canja Prato Lulas Estufadas c/arroz/cenoura
	Salada Pepino/Cebola/Tomate Fruta da época	Salada Alface/Cebola/Pepino Fruta da época	Salada Cenoura/alface/Tomate Fruta da época	Salada Cenoura/Alface/Milho Fruta da época	Salada Tomate/Alface/Cebola Fruta da época/ gelado
<b>De 16 a 20</b>	Sopa Creme ervilhas Prato Pizza queijo/fiambre	Sopa Juliana Prato Maruca cozida c/batata / brocolos	Sopa Peixe (tamboril) Prato Lombo porco no forno c/arroz/cenoura	Sopa coentros Prato Filete salmão no forno c/puré batata	Sopa Repolho Prato Esparguete bolonhesa c/cogumelos/queijo pó
	Salada Pepino/Cebola/Tomate Fruta da época	Salada Rúcula/Cebola/Alface Pudim /Fruta da época	Salada Alface/Cebola/Cenoura Fruta da época	Salada Alface/Tomate/milho Fruta da época	Salada Tomate/Alface/Beter. Fruta da época
<b>De 23 a 27</b>	Sopa creme cogumelos Prato Cordon Blue n/forno c/arroz tomate	Sopa Caldo Verde Prato Bacalhau no forno c/batatas/cebola/azeitonas	Sopa lentilhas Prato Arroz de Pato	Sopa Alho francês Prato Massinha de Peixe (Perca/Tamboril/Camarão)	Sopa Creme Brocolos Prato Carne de Porco com ameijo/batatas pickles e salsa
	Salada Pepino/Cebola/Tomate Fruta da época	Salada Cenoura/Alface/Cebola Fruta da época/gelatina	Salada Tomate/Alface/Beter. Fruta da época	Salada Alface/Milho/Cebola Fruta da época	Salada Alface/Cebola/Tomate Fruta da época
<b>De 30 a 31</b>	Sopa Creme Cenoura Prato pasteis de bacalhau c/arroz/tomate	Sopa Grão c/nabiça Prato Vitela estufada c/massas espirais			
	Salada Alface/Milho/Cenoura Fruta da época	Salada agrião/Alface/Cebola Fruta da época			

o Diretor, Carlos Fernandes



| |