



REPÚBLICA  
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA  
E INOVAÇÃO

### 135653 - Agrupamento de Escolas de Ponte de Sor

Rua General Humberto Delgado (S/N)

7400-259 Ponte de Sor

N.I.F: 600086119

Telefone: 242291010 E-mail: geral@aeps.pt

## EMENTAS SEMANA

#### EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica n.º 1 de Montargil, Ponte de Sôr

Ano Escolar: 2024/2025

Sector: EBM Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 16/09/2024 a 22/09/2024

		Carne	Peixe
Segunda-feira 16 set	Sopa	Creme de Coentros	
	Prato	Bifes de Frango Panados no Forno com Batata Frita	
	Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	
	Sobremesa	Fruta Diversa	
	Pão	Pão de Mistura	
	V. Calórico		
	Alergénicos		
Terça-feira 17 set	Sopa		Caldo Verde
	Prato		Lulas em molho de tomate c/ arroz
	Vegetais		Salada (Vegetais/Legumes)
	Sobremesa		Gelado
	Pão		Pão de Mistura
	V. Calórico		
	Alergénicos		
Quarta-feira 18 set	Sopa	Espinafres	
	Prato	Carne gratinada c/ esparguete	
	Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	
	Sobremesa	Fruta Diversa	
	Pão	Pão de Mistura	
	V. Calórico		
	Alergénicos		
Quinta-feira 19 set	Sopa		Peixe
	Prato		Grão Cozido com Bacalhau, Ovo, Batata
	Vegetais		Salada (Vegetais/Legumes)
	Sobremesa		Fruta Diversa
	Pão		Pão de Mistura
	V. Calórico		
	Alergénicos		
Sexta-feira 20 set	Sopa	Agrião	
	Prato	Carne de porco à Jardineira	
	Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	
	Sobremesa	Fruta Diversa	
	Pão	Pão de Mistura	
	V. Calórico		
	Alergénicos		