



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: 21/10/2024 a 27/10/2024

		Carne	Peixe
Segunda-feira	21 out	Sopa	Ervilhas
		Prato	Lulas em molho de tomate c/ arroz
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta Diversa
		Pão	Pão de Mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Terça-feira	22 out	Sopa	Canja de Galinha
		Prato	Lombo assado no forno com batatinhas
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta Diversa
		Pão	Pão de Mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Quarta-feira	23 out	Sopa	Peixe
		Prato	Lombo de perca assado no forno c/ puré de batata
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta Diversa
		Pão	Pão de Mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Quinta-feira	24 out	Sopa	Alho Francês
		Prato	Hamburguer c/ batata frita
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta Diversa
		Pão	Pão de Mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Sexta-feira	25 out	Sopa	Sopa da Avó
		Prato	Filetes com Arroz de Cenoura
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta Diversa
		Pão	Pão de Mistura
		V. Calórico	
		Alergénicos	