



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 Secundária de Ponte de Sôr

Ano Escolar: 2024/2025

Sector: ESPS Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

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

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	21 out	Sopa	Creme de Coentros	Creme de Coentros
		Prato	Arroz do Mar e Salada	Hamburgueres de Espinafres com Arroz
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	22 out	Sopa	Feijão Verde	Feijão Verde
		Prato	Almondegas com Esparguete	Esparguete Salteado c/Milho, Ervilhas e Tomate Cherry
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	23 out	Sopa	Ministrone	Ministrone
		Prato	Bacalhau Espiritual	Salada de Alface, Cenoura e Couve Roxa
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Gelatina	Gelatina
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	24 out	Sopa	Sopa da Avó	Sopa da Avó
		Prato	Strogonoff de Frango com Arroz de Cenoura	Empadão de Soja
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	25 out	Sopa	Sopa do Campo	Sopa do Campo
		Prato	Pescada à Zé do Pipo	Salada de Quinoa com Legumes
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		