



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 João Pedro de Andrade, Ponte de Sôr

**Ano Escolar:** 2024/2025

**Sector:** JPA Refeitório

**Tipo Refeição:** Almoço

**Semana:** 04/11/2024 a 10/11/2024

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	04 nov	Sopa	Espinafres	Espinafres
		Prato	Tortilha de Legumes e Fiambre	Tortilha de 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		
Terça-feira	05 nov	Sopa	Feijão Verde	Feijão Verde
		Prato	Feijão Frade com Atum e Ovo	Feijão Estufado c/ Cenoura, Milho e Arroz de Tomate
		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	06 nov	Sopa	Canja	Puré de grão c/ hortaliças e massinhas
		Prato	Strogonoff de Frango com Puré de Batata	Strogonoff de Cogumelos c/ Puré de Batata
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	07 nov	Sopa	Creme de Legumes	Creme de Legumes
		Prato	Arroz de Bacalhau	Arroz de Feijão c/ Bróculos e Alho Francês
		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	08 nov	Sopa	Sopa da Avó	Sopa da Avó
		Prato	Carne Estufada com Massa Espiral	Estufado Vegetariano de Couve Flôr e Batata Doce
		Vegetais	Salada (Vegetais/Legumes)	Salada (Vegetais/Legumes)
		Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
		Pão	Pão de Mistura	Pão de Mistura
		V. Calórico		
		Alergénicos		