



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E INOVAÇÃO

**160799 - Agrupamento de Escolas de
Proença-a-Nova**

Av. do Colégio, nº 26
6150-401 Proença-a-Nova
N.I.F: 600079287

Telefone: 274670080 E-mail: direcao@aeproencaanova.pt

**EMENTAS
SEMANA**

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Escola Básica e Secundária Pedro da Fonseca, Proença-a-Nova

Ano Escolar: 2025/2026

Sector: Refeitório

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 04/05/2026 a 10/05/2026

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	04 mai	Sopa	ALHO FRANCÊS	ALHO FRANCÊS
		Prato	ARROZ DE MARANHO	ARROZ DE SOJA E LEGUMES
		Vegetais	ALFACE / TOMATE / CENOURA RALADA	ALFACE / TOMATE / CENOURA RALADA
		Sobremesa	LARANJA / PÊRA / BANANA	LARANJA / PÊRA / BANANA
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	05 mai	Sopa	CALDO VERDE	CALDO VERDE
		Prato	FEIJÃO FRADE C/ ATUM E OVO	FEIJÃO FRADE C/ OVO
		Vegetais	TOMATE / PEPINO / ALFACE	TOMATE / PEPINO / ALFACE
		Sobremesa	MAÇÃ / KIWI / IOGURTE	MAÇÃ / KIWI / IOGURTE
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	06 mai	Sopa	PURÉ DE FEIJÃO C/ COUVE	PURÉ DE FEIJÃO C/ COUVE
		Prato	FRANGO ASSADO C/ MASSAS	HAMBURGUER C/ MASSA TRICOLOR
		Vegetais	MILHO / ALFACE / CENOURA RALADA	MILHO / ALFACE / CENOURA RALADA
		Sobremesa	MORANGOS / PÊRA / BANANA	MORANGOS / PÊRA / BANANA
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	07 mai	Sopa	CREME DE CENOURA C/ MASSINHAS	CREME DE CENOURA C/ MASSINHAS
		Prato	MEIA DESFEITA (OVO, GRÃO, BACALHAU)	GRÃO C/ OVO
		Vegetais	PEPINO / ALFACE / COUVE ROXA	PEPINO / ALFACE / COUVE ROXA
		Sobremesa	MAÇÃ / KIWI / LARANJA	MAÇÃ / KIWI / LARANJA
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	08 mai	Sopa	CREME DE COENTROS C/ CROTONS	CREME DE COENTROS C/ CROTONS
		Prato	LOMBO ASSADO C/ARROZ DE CENOURA	ALMÔNDEGAS VEGETARIANAS C/ ARROZ
		Vegetais	ALFACE / COUVE BRUXELAS / TOMATE	ALFACE / COUVE BRUXELAS / TOMATE
		Sobremesa	LARANJA / PÊRA / BANANA	LARANJA / PÊRA / BANANA
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		