



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](mailto: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:** 25/05/2026 a 31/05/2026

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	25 mai	Sopa	FEIJÃO VERDE	FEIJÃO VERDE
		Prato	EMPADÃO DE ARROZ C/ CARNES	EMPADÃO DE ARROZ C/ SOJA
		Vegetais	ALFACE /PEPINO / CENOURA RALADA	ALFACE /PEPINO / CENOURA RALADA
		Sobremesa	BANANA / MAÇÃ / LARANJA	BANANA / MAÇÃ / LARANJA
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Terça-feira	26 mai	Sopa	NABIÇA	NABIÇA
		Prato	BACALHAU À BRÁS	LEGUMES À BRÁS
		Vegetais	BETERRABA / ALFACE / TOMATE	BETERRABA / ALFACE / TOMATE
		Sobremesa	PÊRA / KIWI / GELATINA	PÊRA / KIWI / GELATINA
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	27 mai	Sopa	PEIXE	PEIXE
		Prato	ESPETADAS DE PERÚ C/ FUSILLI TRICOLOR	SEITAN ESTUFADO C/ LEGUMES E MASSA TRICOLOR
		Vegetais	TOMATE / MILHO / ALFACE	TOMATE / MILHO / ALFACE
		Sobremesa	MORANGOS / LARANJA / MAÇÃ	MORANGOS / LARANJA / MAÇÃ
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	28 mai	Sopa	ALHO FRANCÊS	ALHO FRANCÊS
		Prato	ARROZ DE POTA	ARROZ DE SOJA
		Vegetais	PEPINO / ALFACE / COUVE ROXA	PEPINO / ALFACE / COUVE ROXA
		Sobremesa	KIWI / BANANA / PÊRA	KIWI / BANANA / PÊRA
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	29 mai	Sopa	PURÉ DE GRÃO C/ ESPINAFRES	PURÉ DE GRÃO C/ ESPINAFRES
		Prato	COSTELETAS ESTUFADAS C/ PURÉ DE BATATA	SOUFFLÉ DE VEGETAIS
		Vegetais	ALFACE / TOMATE / CENOURA RALADA	ALFACE / TOMATE / CENOURA RALADA
		Sobremesa	BANANA / MAÇÃ / LARANJA	BANANA / MAÇÃ / LARANJA
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		