



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: 06/07/2026 a 12/07/2026

		Carne	Peixe
Segunda-feira	06 jul	Sopa	FEIJÃO VERDE
		Prato	ALMÔNDEGAS C/ ESPARGUETE
		Vegetais	ALFACE / TOMATE / CENOURA RALADA
		Sobremesa	BANANA / MAÇÃ / LARANJA
		Pão	PÃO MISTURA
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Terça-feira	07 jul	Sopa	JULIANA
		Prato	FILETES C/ SALADA RUSSA
		Vegetais	BETERRABA / ALFACE / CENOURA RALADA
		Sobremesa	BANANA / PÊRA / CLEMENTINA
		Pão	PÃO MISTURA
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Quarta-feira	08 jul	Sopa	ALHO FRANCÊS
		Prato	ARROZ DE MARANHO
		Vegetais	ALFACE / TOMATE / CENOURA RALADA
		Sobremesa	LARANJA / PÊRA / BANANA
		Pão	PÃO MISTURA
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Quinta-feira	09 jul	Sopa	CREME DE CENOURA
		Prato	FEIJÃO FRADE C/ ATUM E OVO
		Vegetais	ALFACE / TOMATE / CENOURA RALADA
		Sobremesa	MAÇÃ / PÊRA / KIWI
		Pão	PÃO MISTURA
		V. Calórico	
		Alergénicos	
Sexta-feira	10 jul	Sopa	JULIANA
		Prato	EMPADÃO DE ARROZ C/ CARNES
		Vegetais	ALFACE / TOMATE / CENOURA RALADA
		Sobremesa	BANANA / MAÇÃ / LARANJA
		Pão	PÃO MISTURA
		V. Calórico	
		Alergénicos	