



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:** 13/04/2026 a 19/04/2026

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	13 abr	Sopa	ALHO FRANCÊS	ALHO FRANCÊS
		Prato	ARROZ DE MARANHO	ARROZ DE 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	14 abr	Sopa	NABIÇA	NABIÇA
		Prato	SALADA RUSSA	SALADA RUSSA (ERVILHAS, BATATA, OVO, CENOURA)
		Vegetais	TOMATE / MILHO / ALFACE	TOMATE / MILHO / ALFACE
		Sobremesa	PÊRA / KIWI / IOGURTE	PÊRA / KIWI / IOGURTE
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quarta-feira	15 abr	Sopa	PEIXE	PEIXE
		Prato	PANADOS DE PERÚ C/ ARROZ CENOURA	HAMBÚRGUER VEGETARIANO C/ ARROZ DE CENOURA
		Vegetais	COUVE ROXA / CENOURA RALADA / ALFACE	COUVE ROXA / CENOURA RALADA / ALFACE
		Sobremesa	CLEMENTINA / BANANA / MAÇÃ	CLEMENTINA / BANANA / MAÇÃ
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Quinta-feira	16 abr	Sopa	COUVE-FLÔR	COUVE-FLÔR
		Prato	FEIJÃO FRADE C/ ATUM E OVO	FEIJÃO FRADE C/ OVO
		Vegetais	BETERRABA / ALFACE / TOMATE	BETERRABA / ALFACE / TOMATE
		Sobremesa	LARANJA / PÊRA / BANANA	LARANJA / PÊRA / BANANA
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		
Sexta-feira	17 abr	Sopa	CALDO VERDE	CALDO VERDE
		Prato	MASSADA DE VITELA	MASSADA DE SOJA
		Vegetais	TOMATE / PEPINO / ALFACE	TOMATE / PEPINO / ALFACE
		Sobremesa	CLEMENTINA / KIWI / MAÇÃ	CLEMENTINA / KIWI / MAÇÃ
		Pão	PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
		V. Calórico		
		Alergénicos		