



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: 20/04/2026 a 26/04/2026

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira 20 abr	Sopa	CREME DE COENTROS C/ CROTONS		CREME DE COENTROS C/ CROTONS
	Prato	EMPADÃO DE BATATA E CARNES		EMPADÃO DE LEGUMES
	Vegetais	ALFACE / TOMATE / CENOURA RALADA		ALFACE / TOMATE / CENOURA RALADA
	Sobremesa	BANANA / KIWI / MAÇÃ		BANANA / KIWI / MAÇÃ
	Pão	PÃO MISTURA		PÃO MISTURA
	V. Calórico			
	Alergénicos			
Terça-feira 21 abr	Sopa		AGRIÃO	AGRIÃO
	Prato		FILETES DE PESCADA C/ ARROZ MALANDRO	PATANISCAS DE LEGUMES C/ ARROZ
	Vegetais		PEPINO / ALFACE / COUVE ROXA	PEPINO / ALFACE / COUVE ROXA
	Sobremesa		LARANJA / PÊRA / GELATINA	LARANJA / PÊRA / GELATINA
	Pão		PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
	V. Calórico			
	Alergénicos			
Quarta-feira 22 abr	Sopa	CREME DE BRÓCULOS		CREME DE BRÓCULOS
	Prato	FRANGO ASSADO C/ MASSA TRICOLOR		QUICHE DE LEGUMES
	Vegetais	BETERRABA / ALFACE / TOMATE		BETERRABA / ALFACE / TOMATE
	Sobremesa	CLEMENTINA / BANANA / MAÇÃ		CLEMENTINA / BANANA / MAÇÃ
	Pão	PÃO MISTURA		PÃO MISTURA
	V. Calórico			
	Alergénicos			
Quinta-feira 23 abr	Sopa		PURÉ DE FEIJÃO C/ COUVE	PURÉ DE FEIJÃO C/ COUVE
	Prato		LULAS ESTUFADAS C/ ARROZ BRANCO	HAMBÚRGUER VEGETARIANO C/ ARROZ DE CENOURA
	Vegetais		PEPINO / ALFACE / MILHO	PEPINO / ALFACE / MILHO
	Sobremesa		KIWI / LARANJA / PÊRA	KIWI / LARANJA / PÊRA
	Pão		PÃO MISTURA	PÃO MISTURA
	V. Calórico			
	Alergénicos			
Sexta-feira 24 abr	Sopa	CREME DE CENOURA C/ MASSINHAS		CREME DE CENOURA C/ MASSINHAS
	Prato	JARDINEIRA DE PORCO		JARDINEIRA DE TOFU
	Vegetais	ALFACE / TOMATE / CENOURA RALADA		ALFACE / TOMATE / CENOURA RALADA
	Sobremesa	CLEMENTINA / BANANA / MAÇÃ		CLEMENTINA / BANANA / MAÇÃ
	Pão	PÃO MISTURA		PÃO MISTURA
	V. Calórico			
	Alergénicos			