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:** 2026/2027

**Setor:** Refeitório **Tipo Refeição:** Almoço **Semana:** 02/11/2026 a 08/11/2026

| | | | Carne | Peixe | Vegetariano |
|---|---|---|---|---|---|
| Segunda-feira | 02 nov | Sopa | BRÓCULOS | | BRÓCULOS |
| | | Prato | HAMBÚRGUER C/ ESPARGUETE | | HAMBÚRGUER VEGETARIANO C/ ESPARGUETE |
| | | Vegetais | ALFACE /PEPINO / CENOURA RALADA | | ALFACE /PEPINO / CENOURA RALADA |
| | | Sobremesa | LARANJA / PÊRA / BANANA | | LARANJA / PÊRA / BANANA |
| | | Pão | PÃO MISTURA | | PÃO MISTURA |
| | | V. Calórico | | | |
| | | Alergénicos | | | |
| Terça-feira | 03 nov | Sopa | | CALDO VERDE | CALDO VERDE |
| | | Prato | | ARROZ DE ATUM | ARROZ DE SOJA E LEGUMES |
| | | Vegetais | | BETERRABA / ALFACE / TOMATE | BETERRABA / ALFACE / TOMATE |
| | | Sobremesa | | KIWI / MAÇÃ / PUDIM | KIWI / MAÇÃ / PUDIM |
| | | Pão | | PÃO MISTURA | PÃO MISTURA |
| | | V. Calórico | | | |
| | | Alergénicos | | | |
| Quarta-feira | 04 nov | Sopa | AGRIÃO | | AGRIÃO |
| | | Prato | FRANGO À BRÁS | | LEGUMES À BRÁS |
| | | Vegetais | COUVE ROXA / CENOURA RALADA / ALFACE | | COUVE ROXA / CENOURA RALADA / ALFACE |
| | | Sobremesa | DIÓSPIRO / BANANA / LARANJA | | DIÓSPIRO / BANANA / LARANJA |
| | | Pão | PÃO MISTURA | | PÃO MISTURA |
| | | V. Calórico | | | |
| | | Alergénicos | | | |
| Quinta-feira | 05 nov | Sopa | | COUVE-FLÔR | COUVE-FLÔR |
| | | Prato | | MARUCA FRITA C/ ARROZ DE TOMATE | ALMÔNDEGAS VEGETARIANAS C/ ARROZ TOMATE |
| | | Vegetais | | TOMATE / PEPINO / ALFACE | TOMATE / PEPINO / ALFACE |
| | | Sobremesa | | MAÇÃ / PÊRA / KIWI | MAÇÃ / PÊRA / KIWI |
| | | Pão | | PÃO MISTURA | PÃO MISTURA |
| | | V. Calórico | | | |
| | | Alergénicos | | | |
| Sexta-feira | 06 nov | Sopa | TOMATE C/ CROTONS | | TOMATE C/ CROTONS |
| | | Prato | PÁ DE PORCO ESTUFADA C/ PURÉ DE BATATA | | SOUFFLÉ DE VEGETAIS |
| | | Vegetais | TOMATE / MILHO / ALFACE | | TOMATE / MILHO / ALFACE |
| | | Sobremesa | DIÓSPIRO / BANANA / LARANJA | | DIÓSPIRO / BANANA / LARANJA |
| | | Pão | PÃO MISTURA | | PÃO MISTURA |
| | | V. Calórico | | | |
| | | Alergénicos | | | |