



# Escola do 1º Ciclo de Alcantarilha

## EMENTA nº 1

**Segunda**

Sopa: Creme de ervilhas

Prato: Douradinhos no Forno com  
arroz de tomate e salada de  
tomate e pepino

Sobremesa: Pêssego / Pêra



**Terça**

Sopa: Caldo Verde

Prato: Esparquete à Bolonhesa  
com salada de alface e  
cenoura

Sobremesa: Maçã



**Quarta**

Sopa: Juliana

Prato: Bacalhau com natas e  
salada de alface

Sobremesa: Melão

**Quinta**

Sopa: Alho francês

Prato: Frango no forno com massa  
fusili de legumes e salada

Sobremesa: Uvas



**Sexta**

Sopa: Canja de galinha

Prato: Corvina cozida com batatas  
e feijão verde

Sobremesa: Gelatina



Observação: por motivos de força maior, a ementa poderá ser alterada.