

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS N.º 1 DE SERPA



**EMENTA**  
**PARA A SEMANA DE 13 a 17 de OUTUBRO de 2025**

**SEGUNDA - FEIRA - 13/10/2025**

SOPA - BRÓCOLOS  
PRATO - ARROZ DE POTA C/ SALADA MISTA  
SOBREMESA - FRUTA DA ÉPOCA - 3 VARIEDADES  
PÃO - PAPOSSECO

**TERÇA - FEIRA - 14/10/2025**

SOPA - CREME DE LEGUMES  
PRATO - BIFES DE PERÚ ESTUFADOS C/ ESPARGUETE E SALADA MISTA  
SOBREMESA - FRUTA DA ÉPOCA - 3 VARIEDADES  
PÃO - PAPOSSECO

**QUARTA - FEIRA - 15/10/2025**

SOPA - ERVILHAS  
PRATO - CHOCOS GUISADOS C/ BATATAS E SALADA MISTA  
SOBREMESA - FRUTA DA ÉPOCA - 3 VARIEDADES  
PÃO - PAPOSSECO

**QUINTA - FEIRA - 16/10/2025**

SOPA - CREME DE CENOURA  
PRATO - VITELA ESTUFADA C/ MASSA E SALADA MISTA  
SOBREMESA - FRUTA DA ÉPOCA - 3 VARIEDADES / IOGURTES  
PÃO - PAPOSSECO

**SEXTA - FEIRA - 17/10/2025**

SOPA - CALDO VERDE  
PRATO - GRÃO C/ ATUM, OVO E SALADA MISTA  
SOBREMESA - FRUTA DA ÉPOCA - 3 VARIEDADES  
PÃO - PAPOSSECO

NOTA: A Água é a única bebida disponível no Refeitório  
Esta ementa pode sofrer alterações.