



171360 - Agrupamento de Escolas Marquesa de Alorna  
342129 - EB 2,3 Marquesa de Alorna  
1070 - 085 Lisboa \* Telef. 213870982 \* Fax 213878622 \* N.º Cont. 600079966

**Ementas da Semana: 07-10-2013 a 11-10-2013 | Almoço**

**2ª Feira 07-10-2013**

**Peixe**

**Sopa:** Macedónia de legumes  
**Prato:** Arroz de peixe (pescada, tintureira e delicias)  
**Sobremesa:** Fruta da época

**3ª Feira 08-10-2013**

**Peixe**

**Sopa:** Nabo com espinafres  
**Prato:** Frango estufado com ervilhas e esparguete  
**Sobremesa:** Fruta da época

**4ª Feira 09-10-2013**

**Peixe**

**Sopa:** Alho francês  
**Prato:** Barritas de pescada no forno com salada camponesa  
**Sobremesa:** Fruta da época/fruta assada

**5ª Feira 10-10-2013**

**Carne**

**Sopa:** Couve lombarda  
**Prato:** Carnes mistas (vaca e porco) com massa fusili  
**Sobremesa:** Fruta da época

**6ª Feira 11-10-2013**

**Peixe**

**Sopa:** Grão com nabiças  
**Prato:** Cação de coentrada  
**Sobremesa:** Fruta da época/Aletria