



Ementa Semanal

(Semana de 29 de maio a 2 de junho de 2023)

	Sopa	Prato	Dieta	Salada	Sobremesa	Lanches
Segunda-feira	Creme de cenoura	Almôndegas com esparguete (1)	Hamburgueres de aves com salada e legumes	Alface e cenoura	Fruta	Pão com fiambre e leite (1,7)
Terça-feira	Juliana	Atum com feijão frade (4)	Pescada cozida com salada (3)	Alface, cenoura e feijão verde	Fruta	Sones e leite (1,7)
Quarta-Feira	Grão	Lasanha (1, 7)	Bife grelhado com salada e legumes	Alface e cenoura	Fruta	Pão com queijo e sumo (1,7)
Quinta-feira	Creme de legumes	Lombinhos de pescada no forno com batata assada (3)	Peixe cozido com batatas e legumes (4)	Alface e cenoura	Fruta	Pão com marmelada ou manteiga e iogurte (1,7)
Sexta-feira	Agrião	Arroz à Valenciana	Frango cozido com salada e legumes	Alface, cenoura e repolho salteado	Fruta	Cereais (1,7)

Lista de alérgenos: 1º CEREAIS (que contém glúten); 2º CRUSTÁCEOS e produtos à base de crustáceos; 3º OVOS e produtos à base de ovos; 4º PEIXES e produtos à base de peixe; 5º AMENDOINS e produtos à base de amendoins; 6º SOJA e produtos à base de soja; 7º LEITE e produtos à base de leite; 8º FRUTOS DE CASCA RIJA; 9º AIPO e produtos à base de aipo; 10º MOSTARDA e produtos à base de mostarda; 11º SEMENTES DE SÉSAMO e produtos à base de sementes de sésamo; 12º DIÓXIDO DE ENXOFRE E SULFITOS (E220 e E228); 13º TREMOÇO e produtos à base de tremoço; 14º MOLUSCOS e produtos à base de moluscos.

A EMENTA PODE SOFRE ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO