



EMENTA DE 7 A 12 DE SETEMBRO DE 2015_ALMOÇOS

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira 7 de setembro	Creme de brócolos	Salada russa de atum com batata, ervilha, cenoura e ovo		Maçã
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> ovo e peixe		
Terça-feira 8 de setembro	Sopa de abóbora e agrião	Bifes de vaca grelhados	Arroz de cenoura Salada de alface, tomate e pepino	Uvas
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> leite/lactose	<u>Alergénios:</u> sulfitos	
Quarta-feira 9 de setembro	Sopa de feijão branco	Caldeirada de lulas com batatas, pimentos vermelhos e cenoura	Salada de alface, pepino e milho	Banana
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe	<u>Alergénios:</u> sulfitos	
Quinta-feira 10 de setembro	Sopa de courgette	Perna de peru assada no forno	Massa tricolor Salada de alface e tomate	Kiwi e Pêssego
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> leite/lactose	<u>Alergénios:</u> sulfitos, glúten e leite/lactose <u>Pode conter vestígios:</u> ovo	
Sexta-feira 11 de setembro	Sopa de ervilhas	Robalo grelhado	Batatas e brócolos cozidos Salada de tomate	Salada de fruta
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe	<u>Alergénios:</u> sulfitos	
Sábado 12 de setembro	Creme de cenoura com espinafres	Pastéis de bacalhau	Arroz de tomate com feijão manteiga e coentros Salada de alface, tomate e cebola	Melão
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> ovo e peixe	<u>Alergénios:</u> sulfitos	

Ementas elaboradas com base na Circular n.º3/DSEAS/DGE/2013 e no Regulamento Interno UE n.º1169/2011 (alergénios)

Para dúvidas e esclarecimentos relacionados com os alergénios por favor contacte os responsáveis da cozinha ou o serviço de Educação da Câmara Municipal
DASSE/E – 07/08/2015

