



EMENTA DE 14 A 19 DE SETEMBRO DE 2015_JANTARES

| Dia | Sopa | Segundo prato | Acompanhamento | Fruta/Sobremesa |
|---|--|--|--|-----------------|
| Segunda-feira 14 de setembro | Canja | Arroz de bacalhau com pimentos, ervilhas e tomates | Salada de alface | Ameixas |
| | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> peixe | <u>Alergénios:</u> sulfitos | |
| Terça-feira 15 de setembro | Creme de brócolos | Bifinhos de frango grelhados | Arroz de cenoura Salada de alface e tomate | Maçã |
| | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | ----- | <u>Alergénios:</u> sulfitos | |
| Quarta-feira 16 de setembro | Sopa de cenoura com feijão verde | Salmão assado no forno | Batata e brócolos cozidos Salada alface e tomate | Melão |
| | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> peixe | <u>Alergénios:</u> sulfitos | |
| Quinta-feira 17 de setembro | Sopa de grão com nabiças | Vitela estufada com cenouras em molho de tomate | Esparguete Salada de alface e pepino | Nectarina |
| | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | ----- | <u>Alergénios:</u> sulfitos, glúten e leite/lactose <u>Pode conter vestígios:</u> ovo | |
| Sexta-feira 18 de setembro | Sopa de alho francês | Feijoada de maruca com feijão manteiga e cenoura | Arroz branco Salada de alface | Uvas |
| | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> peixe | <u>Alergénios:</u> sulfitos | |
| Sábado 19 de setembro | Sopa de cenoura e coentros | Peixe espada frito | Arroz de tomate Salada de alface e cebola | Nectarina |
| | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> peixe | <u>Alergénios:</u> sulfitos | |

