



## EMENTA DE 21 A 26 DE SETEMBRO DE 2015\_ALMOÇOS

| Dia                             | Sopa                                                             | Segundo prato                                                | Acompanhamento                                                                           | Fruta/Sobremesa                                                                      |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| Segunda-feira<br>21 de setembro | Sopa de feijão catarino                                          | Empadão de atum com arroz                                    | Salada de alface, tomate e pepino                                                        | Pera                                                                                 |
|                                 | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> ovo, peixe e leite/lactose                | <u>Alergénios:</u> sulfitos                                                              |                                                                                      |
| Terça-feira<br>22 de setembro   | Sopa juliana                                                     | Strogonoff de frango com molho de natas e cogumelos          | Massa tricolor<br>Salada de alface e cenoura                                             | Ameixas                                                                              |
|                                 | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> leite/lactose                             | <u>Alergénios:</u> sulfitos, glúten e leite/lactose<br><u>Pode conter vestígios:</u> ovo |                                                                                      |
| Quarta-feira<br>23 de setembro  | Sopa de cebola e courgette                                       | Bacalhau gratinado no forno com espinafres e puré de batatas | Salada de alface e tomate                                                                | Uvas                                                                                 |
|                                 | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> peixe e leite/lactose                     | <u>Alergénios:</u> sulfitos                                                              |                                                                                      |
| Quinta-feira<br>24 de setembro  | Creme de ervilhas                                                | Almôndegas de vitela em molho de tomate                      | Massa fusilli<br>Salada de alface e cenoura ralada                                       | Melão                                                                                |
|                                 | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | -----                                                        | <u>Alergénios:</u> sulfitos, glúten e leite/lactose<br><u>Pode conter vestígios:</u> ovo |                                                                                      |
| Sexta-feira<br>25 de setembro   | Sopa de cenoura e lombardo                                       | Arroz de maruca malandrino com ervilhas e cenoura            | Salada de alfaces verde e roxa                                                           | Pudim de baunilha                                                                    |
|                                 | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> peixe                                     | <u>Alergénios:</u> sulfitos                                                              | <u>Alergénios:</u> leite/lactose<br><u>Pode conter vestígios:</u> ovo, glúten e soja |
| Sábado<br>26 de setembro        | Sopa de nabiças                                                  | Bacalhau à Gomes Sá com batatas e ovo                        | Salada de alface, tomate e cenoura ralada                                                | Uvas                                                                                 |
|                                 | <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/DSEEAS/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



MONTE MOR | O | NOVO

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações de última hora