



EMENTA DE 21 A 26 DE SETEMBRO DE 2015_JANTARES

| Dia | Sopa | Segundo prato | Acompanhamento | Fruta/Sobremesa |
|---|--|--|--|-----------------|
| Segunda-feira 21 de setembro | Sopa de feijão catarino | Carne de vaca estufada com cenoura e lombardo | Massa farfalle Salada de tomate e pepino | Pera |
| | <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 | |
| Terça-feira 22 de setembro | Sopa juliana | Filetes de maruca panados no forno | Arroz de cenoura Salada de alface, tomate e pepino | Ameixas |
| | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> peixe, glúten, trigo, soja e ovo | <u>Alergénios:</u> sulfitos | |
| Quarta-feira 23 de setembro | Sopa de cebola e courgette | Arroz de pato | Salada de alface, tomate e milho | Uvas |
| | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> ovo <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda, leite/lactose, sulfitos e sésamo | <u>Alergénios:</u> sulfitos | |
| Quinta-feira 24 de setembro | Creme de ervilhas | Salmão grelhado | Batatas, brócolos e ovo cozido Salada de tomate | Melão |
| | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> peixe e leite/lactose | <u>Alergénios:</u> sulfitos | |
| Sexta-feira 25 de setembro | Sopa de cenoura e lombardo | Jardineira estufada de frango com batatas, ervilhas e cenouras | Salada de alface, milho e couve roxa | Nectarina |
| | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | ----- | <u>Alergénios:</u> sulfitos | |
| Sábado 26 de setembro | Sopa de nabiças | Frango corado no forno com limão | Arroz de cenoura Salada de alface, tomate e pepino | Ameixas |
| | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> leite/lactose <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <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 – 27/08/2015

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações de última hora