



## EMENTA DE 5 A 10 DE OUTUBRO DE 2015\_JANTARES

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
<b>Segunda-feira 5 de outubro</b>	Creme de couve-flor	Bifinhos de peru grelhados	Esparguete Salada de alface, tomate e pepino	Uvas
	<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	-----
<b>Terça-feira 6 de outubro</b>	Sopa de abóbora e agrião	Peixe-espada frito	Arroz de tomate Salada de alface, tomate e cenoura	Maçã
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
<b>Quarta-feira 7 de outubro</b>	Creme de cenouras com feijão branco	Bifinhos de vitela com molho de natas	Batatas cozidas Salada de alface e cenoura	Dióspiro
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> ovo, soja, leite/lactose, trigo, mostarda e aipo	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
<b>Quinta-feira 8 de outubro</b>	Creme de courgette com espinafres	Massada de bacalhau	Salada de alface e couve-roxa	Banana
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe, glúten leite/ lactose. <u>Pode conter vestígios:</u> ovo	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
<b>Sexta-feira 9 de outubro</b>	Sopa de ervilhas	Empadão de vitela com arroz	Salada de alface, milho e cenoura ralada	Pera
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> ovo, soja, leite/lactose, trigo, mostarda e aipo	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
<b>Sábado 10 de outubro</b>	Creme de alho francês	Frango corado no forno com limão	Batatas cozidas Salada de alface e tomate	Marmelo cozido
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	-----	<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 - 30-09-2015

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações de última hora