



## EMENTA DE 5 A 10 DE OUTUBRO DE 2015\_ ALMOÇOS

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
<b>Segunda-feira 5 de outubro</b>	Creme de couve-Flor	Pastéis de Bacalhau	Arroz de cenoura Salada de feijão frade com salsa, cebola e ovos cozidos picados	Uvas
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo.	<u>Alergénios:</u> Glúten, trigo, ovo, soja e peixe.	<u>Alergénios:</u> sulfitos e ovo.	-----
<b>Terça-feira 6 de outubro</b>	Sopa de abóbora e agrião	Lombo de porco assado com cebolas	Batatas coradas Salada de alface, pepino e tomate	Maçã
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo.	<u>Alergénios:</u> Leite/ lactose.	<u>Alergénios:</u> Sulfitos e Leite/ lactose.	-----
<b>Quarta-feira 7 de outubro</b>	Creme de cenouras com feijão branco	Empadão de atum com arroz	Salada de alface, tomate e milho	Leite-Creme
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo.	<u>Alergénios:</u> ovo e peixe.	<u>Alergénios:</u> sulfitos.	<u>Alergénios:</u> Glúten e leite/lactose. <u>Pode conter vestígios:</u> ovo.
<b>Quinta-feira 8 de outubro</b>	Creme de courgette com espinafres	Perna de peru guisada com feijão- verde e cenoura	Puré de batata Salada de alface e tomate	Banana
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo.	-----	<u>Alergénios:</u> leite/ lactose e sulfitos. <u>Pode conter vestígios:</u> Gluten e ovo.	-----
<b>Sexta-feira 9 de outubro</b>	Sopa de ervilhas	Filetes de maruca panados no forno	Massa tricolor Salada de alface	Pera
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo.	<u>Alergénios:</u> Peixe.	<u>Alergénios:</u> Sulfitos, glúten e leite/lactose. <u>Pode conter vestígios:</u> ovo.	-----
<b>Sábado 10 de outubro</b>	Creme de alho francês	Caldeirada de cherne com delícias do mar	Salada de alface e tomate	Uvas
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo.	<u>Alergénios:</u> Peixe, crustáceos, soja, ovo, glúten. <u>Pode conter vestígios:</u> leite/lactose	<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 – 29/09/2015

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações de última hora

