



EMENTA DE 2 A 7 DE NOVEMBRO DE 2015_ ALMOÇOS

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira 2 de novembro	Sopa de feijão com nabiças	Robalo grelhado	Batatas cozidas e feijão verde cozido Salada de alface e tomate	Pera
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe	<u>Alergénios:</u> sulfitos	
Terça-feira 3 de novembro	Creme de cenoura com couve-branca	Pernas de frango assadas no forno	Arroz branco Brócolos cozidos Salada mista de alface, tomate e milho	Bananas
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	-----	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Quarta-feira 4 de novembro	Sopa de alho francês	Gratinado de bacalhau com puré de batatas e espinafres	Salada de alface, cenoura e milho	Mousse de chocolate
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> Peixe, ovo e leite/lactose	<u>Alergénios:</u> sulfitos	<u>Alergénios:</u> glúten. <u>Pode conter vestígios:</u> frutos secos de casca rija, leite/lactose, soja e ovo.
Quinta-feira 5 de novembro	Sopa de alface	Vitela estufada com ervilhas e cenouras em molho de tomate	Massa tricolor Salada de alface e couve-roxa	Tangerina
	<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 6 de novembro	Caldo verde	<u>Ementa vegetariana:</u> Empadão de arroz com legumes estufados (courgettes, cenoura e feijão verde)	Salada de alface e milho	Marmelo cozido com canela (sem açúcar) e maçãs
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> Ovo e leite/lactose	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Sábado 7 de novembro	Sopa de coentros	Bacalhau assado no forno com cebola	Batata e feijão-verde cozido Salada de alface e cenoura	Melão
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> Peixe	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações de última hora

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 – 29/10/2015