



EMENTA DE 04 A 09 DE JANEIRO DE 2016_ALMOÇOS

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira 04 de janeiro	Sopa de ervilhas	Bifinhos de frango grelhados	Batatas fritas Salada de alface, tomate e cenoura ralada	Laranja
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> leite/lactose	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Terça- feira 05 de janeiro	Caldo verde	Arroz de polvo malandrinho com tomate e ervilhas	Salada de alface, milho e pepino	logurte
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> moluscos	<u>Alergénios:</u> sulfitos	<u>Alergénios:</u> leite/lactose
Quarta-feira 06 de janeiro	Creme de abóbora	Borrego assado no forno com alecrim	Batatinhas coradas Esparregado de espinafres Salada de alface e tomate	Clementina
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> leite/lactose	<u>Alergénios:</u> leite/ actose, glúten e sulfitos	-----
Quinta-feira 07 de janeiro	Sopa de cebola e courgette	Massada de pescada com cenoura em molho de tomate	Salada mista de alface e tomate	Banana
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe, glúten e leite/lactose <u>Pode conter vestígios:</u> ovo	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Sexta-feira 08 de janeiro	Sopa de cenoura com feijão-verde	<u>Ementa vegetariana:</u> Pataniscas de courgette e cenouras	Arroz branco Salada de alface, tomate e couve roxa	Maçã
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> leite/ lactose, ovo e glúten	<u>Alergénios:</u> sulfitos	
Sábado 09 de janeiro	Sopa de peixe	Assado de peixe com poejo	Batata e feijão verde cozidos	Laranja
	<u>Alergénios:</u> peixe	<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/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 – 29/10/2015

