



EMENTA DE 14 A 19 DE DEZEMBRO DE 2015_JANTARES

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira 14 de dezembro	Creme de alho francês com cenoura	Bifinhos de vitela grelhados	Arroz com cenoura Salada de alface e tomate	Banana
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> leite/lactose	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Terça-feira 15 de dezembro	Creme de abóbora com hortelã	Massinha de pescada (cotovelinhos) com delicias do mar, coentros e pimentos	Salada de alface e cenoura ralada	Clementina
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe, crustáceos, glúten, ovos, soja e aipo <u>Pode conter vestígios:</u> leite/lactose	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Quarta-feira 16 de dezembro	Sopa de feijão catarino com hortaliça	Arroz de pato	Salada de alface, tomate e milho	Pera
	<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 17 de dezembro	Creme de courgette	Filetes de maruca panados no forno	Feijão-verde e cenoura cozida Salada de alface, tomate e pepino	Maçã
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe, glúten, ovo, soja e trigo	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Sexta-feira 18 de dezembro	Sopa de espinafres	Frango estufado com ervilhas e cenouras em molho de tomate	Puré de batata Salada de alface e milho	Romã
	<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	-----
Sábado 19 de dezembro	Sopa de agrião com cenoura	Frango assado	Batata assada no forno Salada de alface tomate	Marmelo cozido
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, soja, mostarda, glúten e ovo	<u>Alergénios:</u> leite/ lactose	<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