



EMENTA DE 18 A 23 DE JANEIRO 2015_ALMOÇOS

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira 18 de Janeiro	Creme de couve-flor	Peitos de frango com molho de natas e cogumelos gratinado no forno	Arroz branco Salada de alface e tomate	Tangerina
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> leite/lactose	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Terça- feira 19 de janeiro	Sopa juliana de legumes	Bacalhau à Gomes de Sá com batatas e ovo	Salada de alface, tomate e cenoura ralada	Pera
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe, leite/lactose e ovo	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Quarta-feira 20 de janeiro	Creme de cenoura	Arroz de pato no forno	Salada de alface, tomate e cebola	Banana
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> soja, leite/ lactose e sulfitos <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Quinta-feira 21 de janeiro	Sopa de feijão catarino e couve coração	Lombinhos de pescada em molho de tomate	Puré de batata Salada de tomate e cenoura	logurte
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe	<u>Alergénios:</u> sulfitos	<u>Alergénios:</u> leite/ lactose
Sexta-feira 22 de janeiro	Sopa de courgette e cenoura	Hambúrguer de vaca grelhado com molho de cebolada	Esparguete Salada de alface e tomate	Maçã
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> leite/lactose	<u>Alergénios:</u> sulfitos, glúten e leite/ lactose <u>Pode conter vestígios:</u> ovo	-----
Sábado 23 de janeiro	Sopa de peixe com coentros	Bifes de frango panados	Arroz de cenoura e ervilhas Salada de alface tomate e cebola	Tangerina
	<u>Alergénios::</u> ovo, leite/ lactose	<u>Alergénios::</u> glúten, trigo, ovo e soja	<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 – 06/01/2016