



EMENTA DE 11 A 16 DE JANEIRO 2016_ALMOÇOS

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira 11 de janeiro	Sopa de grão com espinafre	Douradinhos de peixe no forno	Arroz de ervilhas Salada de alface e cebola	Clementina
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe, glúten, trigo, ovo e soja	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Terça-feira 12 de janeiro	Sopa de feijão-verde com cenoura	Lombo assado no forno com cebola	Batata salteada Salada de alface e pepino	Maçã
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> leite/ lactose <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> leite/lactose, sulfitos	-----
Quarta-feira 13 de janeiro	Sopa de alho francês	Tiras de choco frito	Arroz de cenoura Salada de alface e tomate	Pera
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> moluscos, glúten, trigo e ovo	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Quinta-feira 14 de janeiro	Sopa de nabiça	Bifes de peru estufados em molho de tomate com feijão-verde	Massa concha Salada de alface e milho	Salada de fruta
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	-----	<u>Alergénios:</u> leite/ lactose, glúten e sulfitos <u>Pode conter vestígios:</u> ovo	-----
Sexta-feira 15 de janeiro	Crema de abóbora	Lombinhos de salmão grelhados	Batatas e cenouras cozidas Brócolos gratinados Salada de alface, tomate e cebola	Tangerina
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe	<u>Alergénios:</u> leite/ lactose e sulfitos	-----
Sábado 16 de dezembro	Sopa de abóbora com feijão manteiga	Carne de porco à alentejana	Batatas aos cubos assada no forno Salada de alface, tomate e cebola	Maçã
	<u>Alergénios:</u> Ovo <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda	<u>Alergénios:</u> moluscos, sulfitos, glúten, ovo e 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 – 06/01/2016

