



## EMENTA DE 22 A 27 DE FEVEREIRO DE 2016\_ALMOÇOS

| Dia                                      | Sopa                                                                                                            | Segundo prato                                                                                                          | Acompanhamento                                                                           | Fruta/Sobremesa                                                               |
|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Segunda-feira<br/>22 de fevereiro</b> | Creme de abóbora com nabiças                                                                                    | Frango estufado com cogumelos e cenouras                                                                               | Arroz branco<br>Salada mista de alface e tomate                                          | Banana                                                                        |
|                                          | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo                                                | -----                                                                                                                  | <u>Alergénios:</u> sulfitos                                                              | -----                                                                         |
| <b>Terça-feira<br/>23 de fevereiro</b>   | Creme de coentros                                                                                               | Bacalhau à brás                                                                                                        | Salada de alface e tomate                                                                | Leite-creme                                                                   |
|                                          | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo                                                | <u>Alergénios:</u> peixe e ovo<br><u>Pode conter vestígios:</u> leite/lactose, glúten soja, aipo e mostarda            | <u>Alergénios:</u> sulfitos                                                              | <u>Alergénios:</u> glúten, leite/lactose<br><u>Pode conter vestígios:</u> ovo |
| <b>Quarta-feira<br/>24 de fevereiro</b>  | Sopa de cenoura com couve branca                                                                                | Almôndegas de vitela em molho de tomate                                                                                | Massa fusilli<br>Salada de alface, cenoura ralada e milho                                | Pera                                                                          |
|                                          | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo                                                | <u>Alergénios:</u> ovo<br><u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda, leite/lactose, sulfitos e sésamo | <u>Alergénios:</u> sulfitos, glúten e leite/lactose<br><u>Pode conter vestígios:</u> ovo | -----                                                                         |
| <b>Quinta-feira<br/>25 de fevereiro</b>  | Creme de alho francês                                                                                           | Abrótea cozida                                                                                                         | Batata, cenoura e feijão-verde cozidos<br>Salada de alface com cebola                    | Maçã                                                                          |
|                                          | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo                                                | <u>Alergénios:</u> peixe                                                                                               | <u>Alergénios:</u> sulfitos                                                              | -----                                                                         |
| <b>Sexta-feira<br/>26 de fevereiro</b>   | Sopa juliana                                                                                                    | Strogonoff de peru com cogumelos                                                                                       | Arroz de coentros<br>Salada de alface e cenoura ralada                                   | Laranja                                                                       |
|                                          | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo                                                | <u>Alergénios:</u> ovo, soja, leite/lactose, trigo, mostarda e aipo                                                    | <u>Alergénios:</u> sulfitos                                                              | -----                                                                         |
| <b>Sábado<br/>27 de fevereiro</b>        | Canja                                                                                                           | Frango assado no forno                                                                                                 | Arroz de e cenoura e ervilhas<br>Salada de alface e tomate                               | Clementina                                                                    |
|                                          | <u>Alergénios:</u> sulfitos, glúten e leite/lactose<br><u>Pode conter vestígios:</u> aipo, soja, mostarda 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/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 – 06/01/2016