



EMENTA DE 7 A 12 DE MARÇO DE 2016_ALMOÇOS

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira 07 de março	Sopa de feijão-verde	Douradinhos de pescada no forno	Arroz malandrinho de tomate Salada de alface e cenoura ralada	Maçã
	<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 08 de março	FERIADO MUNICIPAL			
Quarta-feira 09 de março	Sopa de cenoura com espinafres	Hambúrrgues de vitela grelhados com molho de cebolada	Puré de batata Salada de alface e cenoura	Banana
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> leite/lactose	<u>Alergénios:</u> sulfitos e leite/ lactose <u>Pode conter vestígios:</u> ovo e glúten	-----
Quinta-feira 10 de março	Creme de courgette	Massinha de perca com tomate e delícias do mar	Salada de alface e cebola	logurte
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe, crustáceos, soja, ovo e glúten <u>Pode conter vestígios:</u> leite/lactose	<u>Alergénios:</u> sulfitos	<u>Alergénios:</u> leite/lactose
Sexta-feira 11 de março	Creme de abóbora e couve coração	Pena de borrego assada no forno	Arroz de cenoura e cogumelos Salada de alface, tomate e milho	Clementina
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda, e ovo	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Sábado 12 de março	Creme de alho francês	Caldeirada de cherne com delícias do mar	Salada de alface e tomate	Laranja
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe, crustáceos, soja, ovo e glúten <u>Pode conter vestígios:</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 – 02/03/2016