



EMENTA DE 14 A 19 DE MARÇO DE 2016_ALMOÇOS

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira 14 de março	Sopa de feijão manteiga com repolho	Peitos de frango de cebolada	Massa lacinhos Salada de tomate e milho	Maçã
	<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	-----
Terça- feira 15 de março	Sopa de espinafres	Filetes de maruca no forno	Batata, cenoura e brócolos cozidos Salada de alface e cenoura	Morangos
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe, glúten, trigo, ovos e soja	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Quarta-feira 16 de março	Creme de alho francês	Arroz de pato	Salada de alface, milho e cenoura ralada	Gelatina
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe, glúten, trigo, ovo e soja	<u>Alergénios:</u> sulfitos	<u>Alergénios:</u> glúten, leite/ lactose e ovo
Quinta-feira 17 de março	Creme de cenoura	Lombinhos de salmão grelhados	Puré de batata Salada de alface, couve-roxa e cenoura ralada	Banana
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe e leite/ lactose	<u>Alergénios:</u> leite/ lactose, sulfitos <u>Pode conter vestígios:</u> ovo e glúten	-----
Sexta-feira 18 de março	Caldo verde	Bolonhesa de vaca	Esparguete Salada de alface e tomate	Pera
	<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> leite/ lactose, sulfitos <u>Pode conter vestígios:</u> ovo e glúten	-----
Sábado 19 de março	Sopa de agrião com cenoura	Carne de porco à alentejana com amêijoas	Batatas fritas aos cubos Salada de tomate e pepino	Peras cozidas com canela
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> molusco <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<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 – 01/03/2016