



## EMENTA DE 24 A 29 DE OUTUBRO DE 2016\_JANTARES

| Dia                                    | Sopa   | Segundo prato                                    | Acompanhamento   | Fruta/Sobremesa  |
|--|--|--|--|------------------|
| <b>Segunda-feira<br/>24 de outubro</b> | Sopa de nabiças  | Costeletas de porco estufados em molho de tomate | Arroz de cenoura<br>Salada de alface e tomate  | Uvas             |
|  | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | -----  | <u>Alergénios:</u> sulfitos  | -----            |
| <b>Terça-feira<br/>25 de outubro</b>   | Sopa de agrião   | Maruca assada no forno                           | Brócolos, cenoura e feijão-verde cozido<br>Salada de alface, tomate e milho              | Pera             |
|  | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> peixe                         | <u>Alergénios:</u> sulfitos  | -----            |
| <b>Quarta-feira<br/>26 de outubro</b>  | Creme de alho francês  | Frango estufado                                  | Esparguete<br>Salada de alface e tomate  | Maçã             |
|  | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | -----  | <u>Alergénios:</u> sulfitos, glúten e leite/lactose<br><u>Pode conter vestígios:</u> ovo | -----            |
| <b>Quinta-feira<br/>27 de outubro</b>  | Creme de grão  | Arroz de pescada                                 | Salada de alface e tomate  | Tangerina        |
|  | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> peixe                         | <u>Alergénios:</u> sulfitos  | -----            |
| <b>Sexta-feira<br/>28 de outubro</b>   | Creme de abóbora com repolho lombardo                            | Bifes de peru grelhados                          | Macedónia de legumes cozida<br>Salada de alface  | Banana           |
|  | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> leite/lactose                 | <u>Alergénios:</u> sulfitos  | -----            |
| <b>Sábado<br/>29 de outubro</b>        | Sopa de nabiças  | Croquetes de vitela                              | Arroz de coentros<br>Salada de alface, tomate e cenoura ralada                           | Pêssego em calda |
|  | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, soja, glúten, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> soja, glúten 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 – 06/10/2016

