



EMENTA DE 03 A 08 DE OUTUBRO DE 2016_JANTARES

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira 03 de outubro	Creme de alho francês com cenoura	Peito de peru assado no forno	Esparguete salteado com cenoura e cogumelos Salada de alface e cebola	Laranja
	<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 04 de outubro	Creme de courgette	Bacalhau à Gomes Sá com ovo	Salada de alface, tomate e cenoura ralada	Banana
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe e leite/lactose e ovo	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Quarta-feira 05 de outubro	FERIADO – IMPLANTAÇÃO DA REPÚBLICA			
Quinta-feira 06 de outubro	Creme de couve-flor	Arroz malandrinho de maruca com delícias do mar	Salada de alface e milho	Salada de fruta
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe, crustáceos, soja, ovo glúten <u>Pode conter vestígios:</u> leite/lactose	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Sexta-feira 07 de outubro	Sopa de espinafres com feijão manteiga	Alho francês à brás	Salada de alface e cebola	Melão
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> ovo <u>Pode conter vestígios:</u> leite/lactose, glúten, soja, aipo e mostarda	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Sábado 08 de outubro	Sopa de agrião	Medalhões de pescada em molho de tomate	Arroz de ervilhas Salada de alface, tomate e pepino	Maçã
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> peixe	<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 – 08/09/2016