



EMENTA DE 09 A 14 DE JANEIRO DE 2017_JANTARES

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira - 09 de janeiro	Sopa de courgette com nabiças	Rissóis de pescada	Ervilhas, cenoura e feijão- verde salteado Salada de alface e tomate	Tangerina
Terça- feira 10 de janeiro	Creme de couve-flor	Medalhões de vitela grelhados	Esparregado de espinafres Salada de alface e cenoura ralada	Salada de fruta
Quarta-feira 11 de janeiro	Sopa de feijão com repolho lombardo	Bacalhau `Gomes de Sá com batatas e ovo	Salada de alface e beterraba ralada	Banana
Quinta-feira 12 de janeiro	Sopa juliana	Frango estufado	Arroz de cenoura Salada de alface e cenoura ralada	Pera
Sexta-feira 13 de janeiro	Creme de cenoura	Abrótea cozida	Feijão-verde, cenoura e courgette salteados Salada de alface e tomate	Maçã
Sábado 14 de janeiro	Sopa do cozido	Filetes de pescada em molho de tomate	Arroz de coentros Salada de alface e cebola	Maçã

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações de última hora

Ementas elaboradas com base na Circular n.º3/DSEAS/DGE/2013 e no Regulamento Interno UE n.º1169/2011 (alergénios) – as refeições poderão conter: **cereais com glúten, crustáceos, ovo, peixe, amendoins, soja, leite/lactose, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, sulfitos tremçoço e moluscos.**

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 – 28/12/2016

