



EMENTA DE 23 A 28 DE JANEIRO DE 2017_ALMOÇOS

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira - 23 de janeiro	Sopa de alho francês	Ovos mexidos com cogumelos e fiambre	Arroz branco Salada de alface e cenoura ralada	Maçã
Terça-feira 24 de janeiro	Sopa de espinafres com feijão branco	Peixe-espada grelhado	Batatas e cenoura cozidas Salada de alface e tomate	Clementina
Quarta-feira 25 de janeiro	Creme couve-flor	Lombo de porco assado no forno com cebola	Massa cotovelo Salada de alface e milho	Banana
Quinta-feira 26 de janeiro	Creme de abóbora com repolho lombardo	Filetes de perca em molho de tomate	Arroz de feijão manteiga Salada de alface e tomate	Gelatina
Sexta-feira 27 de janeiro	Canja de letras	Frango assado no forno com limão	Batata frita Salada de alface e cenoura ralada	Pera
Sábado 28 de janeiro	Ensopado de borrego com batata e alecrim			Tangerina

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 – 18/01/2017