



## EMENTA DE 13 A 18 DE FEVEREIRO DE 2017 - JANTARES

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
<b>Segunda-feira 13 de fevereiro</b>	Sopa juliana	Bifinhos de frango grelhados	Puré de batata Legumes salteados (courgette, cenoura e alho francês) Salada de alface e rúcula	Pera
<b>Terça- feira 14 de fevereiro</b>	Creme de coentros	Filetes de solha panados no forno	Arroz malandrinho de tomate Salada de alface e cenoura ralada	Tangerina
<b>Quarta-feira 15 de fevereiro</b>	Sopa de courgette e acelgas	Febras de porco grelhadas	Esparguete Macedónia de legumes cozida Salada de alface e tomate	Banana
<b>Quinta-feira 16 de fevereiro</b>	Sopa de grão com agrião	Robalo assado no forno com cebola	Batata assada no forno Salada de alface e cenoura ralada	Maçã
<b>Sexta-feira 17 de fevereiro</b>	Creme de alho francês	Croquetes de vitela	Arroz de coentros Salada de alface e tomate	Romã/pera
<b>Sábado 18 de fevereiro</b>	Sopa de abóbora com feijão manteiga	Bifes de peru grelhados	Arroz de cenoura Salada de alface e tomate	Peras cozidas com canela/maçã

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) – as refeições poderão conter: **cereais com glúten, crustáceos, ovo, peixe, amendoins, soja, leite/lactose, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, sulfitos tremoço 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 – 10/02/2017



## EMENTA DE 13 A 18 DE FEVEREIRO DE 2017 - ALMOÇOS