



EMENTA DE 13 A 18 DE MARÇO DE 2017_ALMOÇOS

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira - 13 de março	Sopa de nabiça	Maruca cozida	Batata e brócolos cozidos Salada de alface e cenoura ralada	Banana
Terça- feira 14 de março	Creme de couve-flor	Strogonoff de peru com cogumelos	Arroz de cenoura Salada de alface e tomate	Laranja
Quarta-feira 15 de março	Creme courgette	Massinha de cotovelinho de cherne em molho de tomate com ervilhas	Salada de alface	Salada de fruta
Quinta-feira 16 de março	Cozido à Portuguesa simples com hortelã (frango, vitela, chouriço de carne, repolho lombardo, batata e cenoura)			Maçã
Sexta-feira 17 de março	Sopa de grão com hortaliça	Lombinhos de pescada assados no forno	Arroz branco Salada de tomate e cenoura ralada	Pera
Sábado 18 de março	Sopa de agrião	Bacalhau assado no forno com cebola e coentros	Batata assada no forno Cenoura cozida Salada de alface e tomate	Pêssego em calda

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 – 03/03/2017

