



EMENTA DE 20 A 25 DE MARÇO DE 2017_ALMOÇOS

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira - 20 de março	Sopa de cenoura com couve branca	Bifinhos de vitela grelhados com molho de natas	Esparguete Salada de alface, rúcula e tomate	Tangerina
Terça- feira 21 de março	Creme de ervilhas	Bacalhau à brás	Salada de alface e cenoura ralada	Pudim de baunilha
Quarta-feira 22 de março	Sopa de espinafres com feijão manteiga	Arroz de pato	Salada de alface, couve-roxa e milho	Maça
Quinta-feira 23 de março	Sopa de feijão-verde	Peixe-espada grelhado	Batatas, brócolos e ovo cozido Salada de alface e cenoura ralada	Banana
Sexta-feira 24 de março	Creme de abóbora com hortelã	Escalopes de porco estufados	Arroz primavera (cenoura, milho e ervilhas) Salada de alface e tomate	Quiwi/Pera
Sábado 25 de março	Sopa de cenoura com repolho	Borrego assado no forno	Batata assada no forno Cenoura cozida Salada de alface e cebola	Abacaxi

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 – 03/03/2017

