



EMENTA DE 16 A 21 DE OUTUBRO DE 2017_JANTARES

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira 16 de outubro	Creme de brócolos	Massinha de maruca com delícias do mar	Salada de alface e cenoura ralada	Laranja
Terça-feira 17 de outubro	Sopa de juliana de legumes	Bifes de peru grelhados	Arroz branco Salada de alface e tomate	Maçã
Quarta-feira 18 de outubro	Sopa de nabiças com grão	Medalhões de pescada corados no forno	Macedónia de legumes cozida Salada de alface, milho e cenoura ralada	Banana
Quinta-feira 19 de outubro	Creme de coentros	Cubinhos de vitela estufados	Esparguete Salada de alface e tomate	Uvas
Sexta-feira 20 de outubro	Sopa de repolho lombardo	Filetes de solha assados no forno	Arroz de ervilhas Salada de alface e couve-roxa	Pera
Sábado 21 de outubro	Sopa de cenoura com ervilhas	Perna de borrego assado no forno	Batatinhas coradas Brócolos e cenoura cozida Salada de alface, tomate e pepino	Marmelo/Tangerina

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 – 27/09/2017