EMENTA DE 26 A 30 DE MARÇO DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 26 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de lentilhas vermelhas	Bacalhau à Brás	Salada de alface e tomate	Maçã

Terça-Feira – 27 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de repolho	Lombo de porco assado no forno	Arroz de cenoura Grelos de couve cozidos Salada de alface e cenoura ralada	Pera

Quarta-Feira – 28 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Caldo verde	Filetes de pescada panadas	Legumes estufados (courgette, cebola e alho francês) Salada de alface e tomate	Banana

Quinta-Feira – 29 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de macedónia de legumes	Coxas de frango de cebolada	Puré de batata Salada de alface e rúcula	Laranja

Sexta-Feira – 30 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
FERIADO – 6ª Feira Santa			

NOTA: Ementa sujeita a alterações, caso se verifique algum imprevisto no fornecimento de produtos.

Ementas elaboradas com base na Circular n.º 3/DSEEAS/DGE/2013 e no Regulamento UE n.º 1169/2011 (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

DSC/EDUCAÇÃO – 21-03-2018

EMENTA DE 31 DE MARÇO DE 2018 - SÁBADO

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça e feijão branco	Dourada assada no forno	Batata assada no forno Couve portuguesa cozida Salada de alface e tomate	Abacaxi/maçã

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça e feijão branco	Bifinhos de peru estufados	Esparguete Salada de alface e tomate	Abacaxi/maçã

EMENTA DE 02 DE ABRIL DE 2018 – ALMOÇO 2ª Feira de Páscoa

Segunda-Feira – 02 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de brócolos	Borrego assado no forno com alecrim	Batata assada no forno Salada de alface, tomate e cebola	Pera cozida com canela

NOTA: Ementa sujeita a alterações, caso se verifique algum imprevisto no fornecimento de produtos.

Ementas elaboradas com base na Circular n.º 3/DSEEAS/DGE/2013 e no Regulamento UE n.º 1169/2011 (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

DSC/EDUCAÇÃO – 21-03-2018

EMENTA DE 02 A 06 DE ABRIL DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 02 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de brócolos	Massinha de cação com coentros		Pera cozida com canela

Terça-Feira – 03 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça	Abrótea assada no forno	Cenoura, nabo e couve-flor cozida Salada de alface, rúcula e cenoura ralada	Maçã

Quarta-Feira – 04 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de feijão manteiga	Bifes de vitela grelhados	Esparguete Salada de alface, milho e couve-roxa	Pera

Quinta-Feira – 05 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de agrião	Salmão grelhado	Salada russa	Tangerina

Sexta-Feira – 06 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de cenoura	Peru guisado	Arroz branco Salada de alface	Banana

NOTA: Ementa sujeita a alterações, caso se verifique algum imprevisto no fornecimento de produtos.

Ementas elaboradas com base na Circular n.º 3/DSEEAS/DGE/2013 e no Regulamento UE n.º 1169/2011 (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

DSC/EDUCAÇÃO – 21-03-2018

EMENTA DE 07 DE ABRIL DE 2018 - SÁBADO

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Favada com chouriço e sopa de pão		Salada de alface, cebola e hortelã	Pêssego em calda

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de abóbora	Bacalhau assado no forno com cebola	Batata e brócolos cozidos Salada de alface e tomate	Pêssego em calda/maçã

NOTA: Ementa sujeita a alterações, caso se verifique algum imprevisto no fornecimento de produtos.

Ementas elaboradas com base na Circular n.º 3/DSEEAS/DGE/2013 e no Regulamento UE n.º 1169/2011 (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

DSC/EDUCAÇÃO – 21-03-2018

EMENTA DE 09 A 13 DE ABRIL DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 09 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de espinafres	Perca grelhada	Couve portuguesa, cenoura e nabo cozidos Salada de alface e couve-roxa	Maçã

Terça-Feira – 10 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de repolho lombardo e feijão branco	Frango corado no forno	Puré de batata Salada de alface e cenoura ralada	Tangerina

Quarta-Feira – 11 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de coentros	Peixe-espada preto frito	Arroz de tomate Salada de alface e tomate	Kiwi

Quinta-Feira – 12 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de acelgas	Costeletas de porco grelhadas	Macedónia de legumes cozida Salada de alface e cenoura ralada	Banana

Sexta-Feira – 13 de abril de 2018

Sopa		Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de courgette	Caldeirada de lulas com batata e ervilhas	Salada de alface, milho e couve-roxa	Pera

NOTA: Ementa sujeita a alterações, caso se verifique algum imprevisto no fornecimento de produtos.

Ementas elaboradas com base na Circular n.º 3/DSEEAS/DGE/2013 e no Regulamento UE n.º 1169/2011 (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

DSC/EDUCAÇÃO – 21-03-2018

EMENTA DE 14 DE ABRIL DE 2018 - SÁBADO

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de hortaliça e feijão manteiga	Rissóis de pescada	Arroz de cenoura Salada de alface e tomate	Morangos

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de hortaliça e feijão manteiga	Bifinhos de peru de cebolada	Massa fussili Salada de alface e tomate	Morangos

NOTA: Ementa sujeita a alterações, caso se verifique algum imprevisto no fornecimento de produtos.

Ementas elaboradas com base na Circular n.º 3/DSEEAS/DGE/2013 e no Regulamento UE n.º 1169/2011 (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

DSC/EDUCAÇÃO – 21-03-2018