

EMENTA DE 05 A 09 DE MARÇO DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 05 março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de abóbora	Bifinhos de frango panados	Esparguete Salada de alface e couve-roxa	Maçã

Terça-Feira – 06 março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de cação de limado com coentros			Banana

Quarta-Feira – 07 março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de agrião com feijão catarino	Medalhões de porco grelhados	Macedónia de legumes salteada Salada de alface e milho	Tangerina

Quinta-Feira – 08 março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
<u>FERIADO MUNICIPAL</u>			

Sexta-Feira – 09 março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de ervilhas	Peru guisado com cebola e courgette	Puré de batata Salada de alface	Kiwi

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, tremço 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 – 28-02-2018

EMENTA DE 10 DE MARÇO DE 2018

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de agrião	Cubinhos de vitela estufados	Arroz branco Grelos de nabo cozidos Salada de alface e tomate	Pêssego em calda

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de agrião	Bacalhau assado no forno com cebola	Batata assada no forno 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 – 28-02-2018

EMENTA DE 12 A 16 DE MARÇO DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 12 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de courgette	Filetes de solha assadas no forno	Couve portuguesa e nabo cozido Salada de alface e milho	Pera

Terça-Feira – 13 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de alho francês	Bifinhos de frango de cebolada	Esparguete Salada de alface, tomate e rúcula	Kiwi

Quarta-Feira – 14 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça	Douradinhos de pescada no forno	Arroz de grelos Salada de alface e cenoura ralada	Tangerina

Quinta-Feira – 15 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/ Sobremesa
Creme de abóbora	Costeletas de porco grelhadas com limão	Puré de batata Brócolos cozidos Salada alface e tomate	Maçã

Sexta-Feira – 16 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de feijão catarino com hortaliça	Peixe-espada preto grelhado	Couve-flor e cenoura cozida Salada de alface e couve-roxa	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, tremço 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 – 28-02-2018

EMENTA DE 17 DE MARÇO DE 2018

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de grão com espinafres	Robalo assado no forno com poejo	Batata assada no forno Salada de alface, tomate e cebola	Maçã assada no forno com canela

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de grão com espinafres	Bifes de peru grelhados com molho de manteiga e limão	Arroz de cenoura e ervilhas Salada de alface, tomate e cebola	Tangerina

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 – 28-02-2018

EMENTA DE 19 A 23 DE MARÇO DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 19 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa juliana de legumes	Maruca em molho de tomate	Macedónia de legumes cozida Salada de alface	Kiwi

Terça-Feira – 20 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de alho francês	Peru guisado com repolho e courgette	Arroz branco Salada de alface e cenoura ralada	Tangerina

Quarta-Feira – 21 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de espinafres	Bacalhau à Gomes de Sá	Salada de alface, couve-roxa e milho	Maçã

Quinta-Feira – 22 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de agrião com grão	Cubinhos de vitela estufada com cenoura	Massa concha Salada de alface e tomate	Laranja

Sexta-Feira – 23 de março de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de ervilhas	Abrótea gratinada no forno	Brócolos e nabo cozidos Salada de alface e cenoura ralada	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, tremço 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 – 28-02-2018

EMENTA DE 24 DE MARÇO DE 2018

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça	Arroz de tamboril com delícias do mar e coentros	Salada de alface e tomate	Tangerina

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça	Pernil de porco assado com forno com laranja	Batata assada no forno Salada de alface e tomate	Tangerina

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, tremço 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 – 28-02-2018