

## EMENTA DE 16 A 20 DE ABRIL DE 2018 - JANTARES

### Segunda-Feira – 16 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de cenoura	Lombo de porco assado no forno com massa pimentão	Arroz de ervilhas Salada de alface e cenoura ralada	Banana

### Terça-Feira – 17 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça	Abrótea cozida	Grelos, cenoura e nabo cozido Salada de alface	Tangerina

### Quarta-Feira – 18 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de agrião com grão	Bifinhos de peru grelhados	Puré de batata Salada de alface e cenoura ralada	Morangos

### Quinta-Feira – 19 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de abóbora	Rissóis de pescada	Arroz de coentros Salada de alface e tomate	Pera

### Sexta-Feira – 20 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa macedónia de legumes	Cubinhos de vitela estufados	Massa fusilli Salada de alface, tomate e couve-roxa	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 – 11-04-2018

## EMENTA DE 21 DE ABRIL DE 2018 - SÁBADO

### ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
	Favada com chouriço	Salada de alface, cebola e hortelã	Abacaxi

### JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
	Arroz de tamboril e berbigão	Salada de alface e cebola	Abacaxi/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 – 11-04-2018

## EMENTA DE 23 A 27 DE ABRIL DE 2018 - JANTARES

### Segunda-Feira – 23 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de espinafres	Salmão assado no forno em “cama” de cebola	Batata doce cozida Grelhos salteados Salada de alface e cenoura ralada	Banana

### Terça-Feira – 24 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de courgette	Costeletas de borrego grelhadas	Couves de bruxelas e cenoura salteada Salada de alface e tomate	Pera

### Quarta-Feira – 25 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
FERIADO			

### Quinta-Feira – 26 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa juliana de legumes com feijão catarino	Coxas de frango em molho de tomate	Esparguete Salada de alface, tomate e cenoura ralada	Maçã

### Sexta-Feira – 27 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Caldo Verde	Empadão de pescada com puré de batata gratinado no forno	Salada de alface	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, 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  
DSC/EDUCAÇÃO – 11-04-2018

## EMENTA DE 28 DE ABRIL DE 2018 - SÁBADO

### ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de hortaliça e com grão	Dourada grelhada	Batata e couve portuguesa cozida Salada de alface e tomate	Maçã assada no forno com canela

### JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de hortaliça com grão	Bifinhos de peru grelhados	Arroz de cenoura 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, 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 – 11-04-2018

## EMENTA DE 30 DE ABRIL A 04 DE MAIO DE 2018 - JANTARES

### Segunda-Feira – 30 de abril de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de lentilhas vermelhas	Febras de porco grelhadas com limão	Legumes salteados (batatas, feijão-verde e cebola) Salada de alface e tomate	Kiwi

### Terça-Feira – 01 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
<b>FERIADO</b>			

### Quarta-Feira – 02 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de alho francês	Frango de cebolada com cogumelos	Massa fussili Salada de alface e cenoura ralada	Banana

### Quinta-Feira – 03 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça	Pescada assada no forno	Macedónia de legumes cozida Salada de alface e tomate	Maçã

### Sexta-Feira – 04 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de courgette com macedónia de legumes	Escalopes de vitela grelhados	Esparguete Esparregado de espinafres 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, 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  
DSC/EDUCAÇÃO – 11-04-2018

## EMENTA DE 05 DE MAIO DE 2018 - SÁBADO

### ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
	Cozido à portuguesa		Morangos

### JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa do cozido com massa cotovelinho	Pastéis de bacalhau	Salada de alface, tomate e cenoura ralada	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, 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 – 11-04-2018