

EMENTA DE 07 A 11 DE MAIO DE 2018

Segunda-Feira – 07 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de courgette	Lombo de porco assado no forno com laranja	Purê de batata e cenoura Salada de alface e milho	Pera

Terça-Feira – 08 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de hortaliça com grão	Empadão de arroz com atum no forno	Salada de alface, tomate e rúcula	Salada de fruta

Quarta-Feira – 09 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça	Jardineira de vitela com batatas, cenoura e ervilhas	Salada de alface	Morangos

Quinta-Feira – 10 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/ Sobremesa
Creme de abóbora	Massinha cotovelinho de bacalhau	Salada alface e tomate	Maçã

Sexta-Feira – 11 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de alho francês	Arroz de pato no forno	Salada de alface, pepino 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 – 24-04-2018

EMENTA DE 14 A 18 DE MAIO DE 2018

Segunda-Feira – 14 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de acelgas	Lombinhos de salmão no forno	Batata e feijão-verde cozido Salada de alface e cenoura ralada	Laranja

Terça-Feira – 15 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de brócolos	Bifanas de porco de cebolada	Esparguete Salada de alface, couve-roxa e milho	Nêspera

Quarta-Feira – 16 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de espinafres com feijão branco	Pescada assada no forno	Arroz de cenoura Salada de alface e tomate	Mousse de chocolate

Quinta-Feira – 17 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de ervilhas	Bifinhos de peru grelhados	Batatas fritas Salada de alface e cenoura ralada	Morangos

Sexta-Feira – 18 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa juliana de legumes	Tranches de cherne assadas no forno	Massa cotovelinho Salada de alface	Pera

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

Ementas elaboradas com base na Circular n.º 3/DSEAS/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 – 24-04-2018

EMENTA DE 21 A 25 DE MAIO DE 2018

Segunda-Feira – 21 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Caldo verde	Bifinhos de vitela grelhados com limão	Massa tricolor Salada de alface e pepino	Tangerina

Terça-Feira – 22 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de lentilhas vermelhas	Maruca cozida	Batata e brócolos cozidos Salada de alface e cenoura ralada	Gelatina

Quarta-Feira – 23 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de macedónia de legumes	Ovos mexidos com fiambre	Arroz branco Salada de alface e cenoura ralada	Banana

Quinta-Feira – 24 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de abóbora e courgette	Caldeirada de lulas com batatas, cenoura e ervilhas	Salada de alface e rúcula	Laranja

Sexta-Feira – 25 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de repolho	Peito de frango estufados com cogumelos	Esparguete Salada de alface e beterraba 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/DSEAS/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 – 24-04-2018

EMENTA DE 28 DE MAIO A 01 DE JUNHO DE 2018

Segunda-Feira – 28 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de alho francês	Lombos de pescada de cebolada	Puré de batata Salada de alface e milho	Alperces

Terça-Feira – 29 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça	Medalhões de porco estufados com courgette	Massa lacinhos Salada de alface, rúcula e cenoura ralada	Maçã

Quarta-Feira – 30 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de feijão manteiga	Arroz de bacalhau	Salada de alface, milho e couve-roxa	Morangos

Quinta-Feira – 31 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
FERIADO – CORPO DE DEUS			

Sexta-Feira – 01 de junho de 2018 – DIA DA CRIANÇA

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Canja de letras	Frango corado no forno	Batatas fritas Salada de alface, tomate e cenoura ralada	Gelado

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 – 24-04-2018

EMENTA DE 04 A 08 DE JUNHO DE 2018

Segunda-Feira – 04 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de espinafres	Bolonhesa de vitela	Esparguete Salada de alface e couve-roxa	Maçã

Terça-Feira – 05 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de coentros	Salada russa (atum, batata, cenoura, feijão-verde e ovo)		Arroz doce

Quarta-Feira – 06 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de beldroegas com grão	Bifinhos de peru de cebolada	Massa fussili Salada de alface e tomate	Ameixa

Quinta-Feira – 07 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de cenoura	Feijoada de choquinhos com feijão-branco com cenoura e tomate	Arroz branco Salada de alface	Pera

Sexta-Feira – 08 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de feijão-verde	<u>Ementa vegetariana:</u> Alho francês à Brás	Salada de alface, tomate e couve-roxa	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 – 24-04-2018

EMENTA DE 11 A 15 DE JUNHO DE 2018

Segunda-Feira – 11 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de alho francês	Massinha de perca com delícias do mar	Salada de alface e cenoura ralada	Melão

Terça-Feira – 12 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça	Escalopes de porco fritos com massa pimentão	Purê de batata e brócolos Salada de alface, tomate e pepino	Cerejas

Quarta-Feira – 13 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de acelgas e feijão branco	Filetes de solha assadas no forno	Arroz de tomate Salada de alface e cenoura ralada	Pudim mandarin

Quinta-Feira – 14 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de courgette e aipo	Strogonoff de frango	Esparguete Salada de alface e tomate	Alperces

Sexta-Feira – 15 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de abóbora	Caldeirada de pescada com batatas, ervilhas e pimento	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, 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 – 24-04-2018

EMENTA DE 18 A 22 DE JUNHO DE 2018

Segunda-Feira – 18 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de courgette	Cubinhos de vitela estufados com feijão verde	Massa fusilli Salada de alface, milho e rúcula	Melão

Terça-Feira – 19 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de espinafres	Maruca assada no forno	Puré de batata Salada de alface e tomate	Leite-creme

Quarta-Feira – 20 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Caldo verde	Arroz à Valenciana (carne de porco, peito de frango, argolas de lulas, salsicha, cenoura e ervilhas)	Salada de alface e cenoura ralada	Pera

Quinta-Feira – 21 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de lentilhas vermelhas	Bacalhau com natas	Salada de alface e tomate	Cerejas

Sexta-Feira – 22 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Canja de letras	Frango corado no forno	Batatas fritas Salada de alface, milho e cebola	Alperces

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 – 24-04-2018

EMENTA DE 25 A 29 DE JUNHO DE 2018

Segunda-Feira – 25 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça	Abrótea cozida	Batata, brócolos e ovo cozido Salada de alface e tomate	Ameixa

Terça-Feira – 26 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa juliana de legumes com grão	Arroz de pato	Salada de alface, rúcula e milho	Melão

Quarta-Feira – 27 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de alho francês	Massinha de cherne com delícias do mar	Salada de alface e cenoura ralada	Mousse de chocolate

Quinta-Feira – 28 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de tomate	Rancho à Portuguesa (repolho lombardo, grão, cenoura, frango e porco)	Arroz branco Salada de alface, pepino e tomate	Maçã

Sexta-Feira – 29 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de courgette com beldroegas	Salmão assado no forno com limão	Puré de batata Salada de alface 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, 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 – 24-04-2018