

## EMENTA DE 07 A 11 DE MAIO DE 2018 - JANTARES

### Segunda-Feira – 07 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de courgette	Abrótea cozida	Feijão-verde, cenoura e nabo cozido Salada de alface e milho	Pera

### Terça-Feira – 08 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de hortaliça com grão	Peru estufado	Esparguete 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	Filetes de solha assadas no forno	Arroz de tomate Salada de alface	Morangos

### Quinta-Feira – 10 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/ Sobremesa
Creme de abóbora	Medalhões de porco de cebolada	Macedónia de legumes cozida Salada alface e tomate	Maçã

### Sexta-Feira – 11 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de alho francês	Salada de feijão-frade, atum, batata, feijão-verde e cenoura		Banana

**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, 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 – 03-05-2018

## EMENTA DE 12 DE MAIO DE 2018 - SÁBADO

### ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de beldroegas com batatas, queijo e ovo			Abacaxi/maçã

### JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de beldroegas	Vitela estufada com cenoura	Macarrão Salada de alface e tomate	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 – 03-05-2018

## EMENTA DE 14 A 18 DE MAIO DE 2018 - JANTARES

### Segunda-Feira – 14 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de acelgas	Almôndegas de vitela em molho de tomate	Arroz branco Salada de alface e cenoura ralada	Laranja

### Terça-Feira – 15 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de brócolos	Bacalhau à Brás	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	Strogonoff de frango com cogumelos	Puré de batata e cenoura Salada de alface e tomate	Maçã

### Quinta-Feira – 17 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de cação limado			Morangos

### Sexta-Feira – 18 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa juliana de legumes	Croquetes de vitela	Arroz de cenoura e coentros 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/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 – 03-05-2018

## EMENTA DE 19 DE MAIO DE 2018 - SÁBADO

### ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
	Favada com chouriço	Salada de alface, cebola e hortelã	Maçã assada no forno com canela

### JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
	Massinha de peixe (massa cotovelo, pescada, delícias do mar, berbigão e coentros)		Maçã assada no forno 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, 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 – 03-05-2018

## EMENTA DE 21 A 25 DE MAIO DE 2018 - JANTARES

### Segunda-Feira – 21 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Caldo verde	Bacalhau à Gomes de Sá	Salada de alface e pepino	Tangerina

### Terça-Feira – 22 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de lentilhas vermelhas	Costeletas de borrego estufadas	Massa concha Salada de alface e cenoura ralada	Pera

### Quarta-Feira – 23 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de macedónia de legumes	Filetes de solha assadas no forno	Repolho, courgette, abóbora e cebola salteados 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	Lombo assado no forno com massa pimentão	Arroz de grelos Salada de alface e rúcula	Laranja

### Sexta-Feira – 25 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de repolho	Peixe-espada frito	Salada russa	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 – 03-05-2018

## EMENTA DE 26 DE MAIO DE 2018 - SÁBADO

### ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de espinafres	Robalo assado no forno com poejo	Puré de batata Salada de tomate, pepino e cebola	Salada de fruta

### JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de espinafres	Bifes de peru grelhados	Macedónia de legumes cozida Salada de tomate, pepino e cebola	Salada de fruta

**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 – 03-05-2018

## EMENTA DE 28 DE MAIO A 01 DE JUNHO DE 2018 - JANTARES

### Segunda-Feira – 28 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de alho francês	Arroz de pato	Salada de alface e milho	Alperces

### Terça-Feira – 29 de maio de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça	Abrótea cozida	Batatas e brócolos cozidos 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	Escalopes de vitela grelhados	Esparregado de espinafres Nabo e cenoura cozida Salada de alface, milho e couve-roxa	Morangos

### Quinta-Feira – 31 de maio de 2018

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

### Sexta-Feira – 01 de junho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de acelgas	Maruca assada no forno	Arroz de tomate com pimento Salada de alface, tomate 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 – 03-05-2018

## EMENTA DE 02 DE JUNHO DE 2018 - SÁBADO

### ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de abóbora com segurelha	Migas à alentejana com carne de porco temperada	Salada de alface e tomate	Meloa

### JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de abóbora com segurelha	Caldeirada de lulas	Salada de alface e tomate	Meloa

**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 – 03-05-2018