

EMENTA DE 02 A 06 DE JULHO DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 02 de julho de 2018

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

Terça-Feira – 03 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de hortaliça com feijão manteiga	Coxas de frango estufadas	Esparguete Salada de alface, tomate e rúcula	Salada de fruta

Quarta-Feira – 04 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de couve coração	Filetes de solha assadas no forno	Arroz de tomate Salada de alface	Morangos

Quinta-Feira – 05 de julho de 2018

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

Sexta-Feira – 06 de julho de 2018

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

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 – 26-06-2018

EMENTA DE 07 DE JULHO DE 2018 - SÁBADO

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de repolho lombardo	Salmão grelhado	Batatas e brócolos cozidos Salada de alface e tomate	Meloa

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de repolho lombardo	Vitela estufada com cenoura	Macarrão 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 – 26-06-2018

EMENTA DE 09 A 13 DE JULHO DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 09 de julho 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	Melão

Terça-Feira – 10 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de beldroegas	Bacalhau à Brás	Salada de alface, couve-roxa e milho	Alperces

Quarta-Feira – 11 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de cenoura com feijão-verde	Peito de peru guisado	Courgette e grelos salteados Salada de alface e tomate	Pêssego

Quinta-Feira – 12 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de cação limado com sopa de pão			Cerejas

Sexta-Feira – 13 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa juliana de legumes	Arroz de pato	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 – 26-06-2018

EMENTA DE 14 DE JULHO DE 2018 - SÁBADO

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de hortaliça e com feijão branco	Medalhões de porco fritos	Puré de batata Feijão-verde cozido Salada de alface e tomate	Pêssego

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Caldeirada de peixe (batata, cherne, delícias do mar e pimento)			Pêssego

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 – 26-06-2018

EMENTA DE 16 A 20 DE JULHO DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 16 de julho de 2018

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

Terça-Feira – 17 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de lentilhas vermelhas	Borrego estufado	Massa concha Salada de alface e cenoura ralada	Maçã

Quarta-Feira – 18 de julho 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	Ameixa

Quinta-Feira – 19 de julho 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 cebola	Pêssego

Sexta-Feira – 20 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de repolho	Pastéis de bacalhau	Salada russa	Melancia

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 – 26-06-2018

EMENTA DE 21 DE JULHO DE 2018 - SÁBADO

ALMOÇO

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

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de espinafres	Bifes de peru grelhados	Esparguete 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, 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 – 26-06-2018