

EMENTA DE 23 A 27 DE JULHO DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 23 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de tomate	Vitela estufada com cenoura	Arroz branco Salada de alface e tomate e milho	Alperces

Terça-Feira – 24 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de feijão manteiga	Lulinhas em molho de tomate	Batata e cenoura cozida Salada de alface e cenoura ralada	Maçã

Quarta-Feira – 25 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de alho francês com juliana de cenoura	Costeletas de borrego grelhadas	Macedónia de legumes salteada Salada de alface e milho e couve- roxa	Ameixa

Quinta-Feira – 26 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de feijão verde	Abrótea assada no forno	Grellos salteados, batata assada Salada de alface e tomate	Melão

Sexta-Feira – 27 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de courgette	Bifes de peru de cebolada	Massa tricolor Salada de alface e cenoura ralada	Cerejas

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 – 23-07-2018

EMENTA DE 28 DE JULHO DE 2018 - SÁBADO

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de hortaliça com grão	Lombo de porco assado no forno com massa pimentão	Batatas fritas aos cubos Salada de alface, tomate e pepino	Nectarina

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de hortaliça com grão	Pescada frita	Arroz de tomate Salada de alface e tomate	Nectarina

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 – 23-07-2018

EMENTA DE 30 DE JULHO A 03 DE AGOSTO DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 30 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de feijão-verde	Bacalhau gratinado no forno com batatas e espinafres	Salada de alface e couve-roxa	Maçã

Terça-Feira – 31 de julho de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de coentros	Bifanas de porco grelhadas	Brócolos gratinados no forno Arroz branco Salada de alface	Alperces

Quarta-Feira – 01 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de beldroegas com grão	Filetes de solha panadas	Chuchu, beringela, cenoura e courgette salteadas Salada de alface, pepino e tomate	Ameixa

Quinta-Feira – 02 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de macedónia de legumes	Frango de fricassé	Feijão-verde e nabo cozido Salada de alface e couve-roxa	Pêssego

Sexta-Feira – 03 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de cenoura	Arroz de cherne	Salada de alface e tomate	Melo

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 – 23-07-2018

EMENTA DE 04 DE AGOSTO DE 2018 - SÁBADO

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de repolho lombardo	Dourada grelhada	Batata e cenoura cozida Salada de tomate, pepino e cebola	Maçã assada no forno com canela

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de repolho lombardo	Peru assado no forno	Arroz de grelos Salada de tomate, pepino e cebola	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, 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 – 23-07-2018

EMENTA DE 06 A 10 DE AGOSTO DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 06 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de alho francês	Coxas de frango estufadas com cogumelos	Arroz branco Salada de alface e cenoura ralada	Cerejas

Terça-Feira – 07 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Cação Limado com coentros e sopa de pão			Melão

Quarta-Feira – 08 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de acelgas e feijão branco	Jardineira de vitela	Salada de alface e cenoura ralada	Pêssego

Quinta-Feira – 09 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de courgette e aipo	Empadão de arroz com atum no forno	Salada de alface e tomate	Alperces

Sexta-Feira – 10 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de abóbora	Medalhões de porco estufados	Arroz de macedónia de legumes Salada de alface e couve-roxa	Figos/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 – 23-07-2018

EMENTA DE 11 DE AGOSTO DE 2018 - SÁBADO

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
	Cozido à Portuguesa		Melancia

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa do cozido com massa cotovelinho	Pastéis de bacalhau	Salada de alface, pepino e cebola	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, 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 – 23-07-2018

EMENTA DE 13 A 17 DE AGOSTO DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 13 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de lentilhas vermelhas	Pescada com molho de coentros	Arroz branco Salada de alface, milho e rúcula	Melão

Terça-Feira – 14 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de courgette com macedónia de legumes	Bifinhos de peru grelhados	Esparguete Salada de alface e cenoura ralada	Alperces

Quarta-Feira – 15 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
FERIADO			

Quinta-Feira – 16 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de tomate	Lombo de porco assado no forno	Legumes salteados (courgette, alho francês, cenoura, nabo e cebola) Salada de alface, tomate e pepino	Cerejas

Sexta-Feira – 17 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de repolho lombardo	Perca grelhada	Batatas e feijão-verde cozidos 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 – 23-07-2018

EMENTA DE 18 DE AGOSTO DE 2018 - SÁBADO

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de cenoura	Arroz de tamboril	Salada de alface, pepino e cebola	Melo

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Tomatada (batatas, ovo escalfado, pimento e linguiça)			Melo

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 – 23-07-2018

EMENTA DE 20 A 24 DE AGOSTO DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 20 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça	Empadão de arroz com vitela no forno	Salada de alface e tomate	Ameixa

Terça-Feira – 21 de agosto de 2018

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

Quarta-Feira – 22 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de alho francês	Costeletas de porco estufadas	Batata cozida Salada de alface e pepino	Alperces

Quinta-Feira – 23 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de cenoura com feijão-verde	Massinha de cherne com delícias do mar	Salada de alface, pepino e tomate	Pêssego

Sexta-Feira – 24 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de courgette	Frango frito	Esparguete Salada de alface e cenoura ralada	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, 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 – 23-07-2018

EMENTA DE 25 DE AGOSTO DE 2018 - SÁBADO

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de couve coração	Borrego assado no forno com alecrim	Puré de batata Salada de alface, tomate e cenoura ralada	Maçã assada no forno

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de couve coração	Salada fria de bacalhau, grão, ovo, tomate e coentros		Melo

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 – 23-07-2018

EMENTA DE 27 A 31 DE AGOSTO DE 2018 - JANTARES

Segunda-Feira – 27 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de cenoura com macedónia de legumes	Caldeirada de cação	Salada de alface e milho	Melancia

Terça-Feira – 28 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de feijão-verde	Coxinhas de frango coradas no forno	Alho francês, beringela e cenoura salteadas Salada de alface, tomate e rúcula	Salada de fruta

Quarta-Feira – 29 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de hortaliça com feijão branco	Pescada gratinada no forno	Arroz de cenoura Salada de alface	Pêssego

Quinta-Feira – 30 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/ Sobremesa
Crema de abóbora	Febras de porco grelhadas	Massa fusilli salteada com cogumelos Salada alface e tomate	Maçã

Sexta-Feira – 31 de agosto de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de alho francês	Massinha de perca	Salada de alface, pepino e couve-roxa	Cerejas

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 – 23-07-2018

EMENTA DE 01 DE SETEMBRO DE 2018 - SÁBADO

ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de courgette com repolho lombardo	Carapaus grelhados	Batata e feijão-verde cozidos Salada de tomate, pepino e cebola com orégãos	Melancia

JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de courgette com repolho lombardo	Strogonoff de peru	Arroz branco Salada de tomate, pepino e cebola com orégãos	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 – 23-07-2018