

## EMENTA DE 15 A 19 DE OUTUBRO DE 2018 - JANTARES

### Segunda-Feira – 15 de outubro de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de courgette com macedónia de legumes	Arroz de pato	Salada de alface e cenoura ralada	Uvas

### Terça-Feira – 16 de outubro de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de lentilhas vermelhas	Solha corada no forno	Arroz de tomate Salada de alface, milho e rúcula	Laranja

### Quarta-Feira – 17 de outubro de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de tomate c/ ervilhas	Costeletas de borregos grelhadas	Macedónia de legumes cozida Salada de alface, tomate e pepino	Banana

### Quinta-Feira – 18 de outubro de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de nabiça	Maruca estufada com batatas, ervilhas e pimento	Salada de alface, milho e cebola	Pera

### Sexta-Feira – 19 de outubro de 2018

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Sopa de repolho lombardo	Lombo de porco assado no forno	Batatas coradas no forno Salada de alface e cenoura ralada	Maçã cozida com canela/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 – 14-09-2018

## EMENTA DE 20 DE OUTUBRO DE 2018 - SÁBADO

### ALMOÇO

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
	Rancho à Portuguesa (repolho lombardo, grão, cenoura, frango, porco e chouriço)		Uvas

### JANTAR

Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Creme de cenoura com ovo cozido picado	Pescada cozida	Batata cozida e couve-flor cozida Salada de alface e tomate	Uvas

**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 – 14-09-2018