

2ª FEIRA

Sopa Sopa de abóbora, cenoura, couve-flor

Prato Principal Lombinhos de pescada estufados, ao natural, arroz branco e legumes salteados (cenoura e repolho)

Sobremesa Fruta da época (banana)

Alergénios



Peixe

3ª FEIRA

Sopa Sopa de nabo, grelos, feijão branco

Prato Principal Frango estufado com massa macarrão estufada, salada mista (alface, tomate e cebola)

Sobremesa Fruta da época (uvas)



Glúten



Ovos



Soja

4ª FEIRA

Sopa Sopa de brócolos

Prato Principal Arroz de Atum (atum, ovo, arroz branco, ervilha, cenoura e pimento vermelho)

Sobremesa Fruta da época (melão)



Peixe



Ovos

5ª FEIRA

Sopa Creme de Lentilhas

Prato Principal Massa à Bolonhesa (carne de vitela picada e estufada com massa esparguete cozida), salada de alface e tomate cherry

Sobremesa Fruta da época (banana)



Glúten



Ovos



Soja

6ª FEIRA

Sopa Sopa de alho francês

Prato Principal Arroz de Lulas com repolho cozido

Sobremesa Fruta da época (laranja)



Moluscos

Nota: As refeições são acompanhadas com pão de mistura e água para beber. As ementas estão sujeitas a alterações sempre que se justifique.

Substâncias ou Produtos que provocam alergias ou intolerância (REGULAMENTO (EU) Nº1169/2011 DO PARLAMENTO EUROPEU E DO CONSELHO de 25 de outubro de 2011:

¹Leite e Lactose, ²Peixe, ³Ovo, ⁴Glúten, ⁵Amendoim, ⁶Sementes de sésamo, ⁷Frutos de casca Rija, ⁸Mostarda, ⁹Aipo, ¹⁰Moluscos, ¹¹Crustáceos, ¹²Tremoço, ¹³Dióxido de Enxofre e Sulfitos, ¹⁴Soja