



EMENTA DE 12 A 17 DE OUTUBRO DE 2015_JANTARES

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira 12 de outubro	Sopa de nabijas	Filetes de maruca panados no forno	Batata, cenoura e brócolos cozidos Salada de alface	Tangerina
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> Peixe, glúten, trigo, ovo e soja.	<u>Alergénios:</u> sulfitos.	-----
Terça-feira 13 de outubro	Creme de cenoura com alho francês	Peitos de frango em molho de tomate	Massa de lacinhos Salada de alface e tomate	Pera
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	-----	<u>Alergénios:</u> sulfitos, glúten e leite/lactose. <u>Pode conter vestígios:</u> ovo	-----
Quarta-feira 14 de outubro	Sopa juliana	Rissóis de pescada	Arroz de coentros Salada de alface, tomate e cenoura	Uvas
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> Peixe, glúten, trigo, ovo e soja.	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Quinta-feira 15 de outubro	Sopa de feijão vermelho com hortaliça	Febras de porco estufadas	Massa tricolor Salada de alface, tomate e pepino	Banana
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	-----	<u>Alergénios:</u> sulfitos, glúten e leite/lactose. <u>Pode conter vestígios:</u> ovo	-----
Sexta-feira 16 de outubro	Creme de brócolos	Bacalhau gratinado com puré de batata e espinafres	Salada de alface e cenoura	Ameixas
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> Peixe e leite/ lactose <u>Pode conter vestígios:</u> ovo e glúten	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----
Sábado 17 de outubro	Sopa de feijão-verde	Arroz malandrinho de pescada e delícias do mar	Salada de alface, tomate e cebola	Marmelo cozido
	<u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo	<u>Alergénios:</u> Peixe, crustáceos, soja, ovo, glúten <u>Pode conter vestígios:</u> Leite/ lactose	<u>Alergénios:</u> sulfitos	-----

Ementas elaboradas com base na Circular n.º3/DSEEAS/DGE/2013 e no Regulamento Interno UE n.º1169/2011 (alergénios)

Para dúvidas e esclarecimentos relacionados com os alergénios por favor contacte os responsáveis da cozinha ou o serviço de Educação da Câmara Municipal

DASSE/E - 30-09-2015

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações de última hora