



## EMENTA DE 26 DE SETEMBRO A 01 DE OUTUBRO DE 2016\_JANTARES

| Dia                                     | Sopa   | Segundo prato  | Acompanhamento   | Fruta/Sobremesa |
|---|--|--|--|-----------------|
| <b>Segunda-feira<br/>26 de setembro</b> | Caldo verde  | Pescada cozida   | Batata, feijão-verde e cenoura cozida<br>Salada de alface e tomate                       | Maçã            |
|   | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> peixe   | <u>Alergénios:</u> sulfitos  | -----           |
| <b>Terça-feira<br/>27 de setembro</b>   | Creme de cenoura com grão  | Bifes de peru de cebolada  | Esparguete<br>Salada de alface, cenoura e milho  | Uvas            |
|   | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | -----  | <u>Alergénios:</u> sulfitos, glúten e leite/lactose<br><u>Pode conter vestígios:</u> ovo | -----           |
| <b>Quarta-feira<br/>28 de setembro</b>  | Creme de brócolos  | Pastéis de bacalhau  | Arroz de feijão manteiga e coentros<br>Salada de alface e tomate                         | Banana          |
|   | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, glúten, soja, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> peixe, glúten, trigo, ovo e soja  | <u>Alergénios:</u> sulfitos  | -----           |
| <b>Quinta-feira<br/>29 de setembro</b>  | Sopa de feijão-verde   | Escalopes de porco grelhados   | Macedónia de legumes salteada<br>Salada de alface e cebola                               | Melão           |
|   | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, soja, glúten, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> leite/lactose   | <u>Alergénios:</u> sulfitos  | -----           |
| <b>Sexta-feira<br/>30 de setembro</b>   | Sopa de agrião   | Filetes de maruca estufados  | Arroz de cenoura<br>Salada de alface e tomate  | Pera            |
|   | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, soja, glúten, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> peixe   | <u>Alergénios:</u> sulfitos  | -----           |
| <b>Sábado<br/>01 de outubro</b>         | Creme de alho francês e brócolos                                 | Arroz de lulas com delícias do mar   | Salada de alface e cenoura ralada  | Pera            |
|   | <u>Pode conter vestígios:</u> aipo, soja, glúten, mostarda e ovo | <u>Alergénios:</u> molusco, crustáceos, soja, ovo, glúten<br><u>Pode conter vestígios:</u> leite/lactose | <u>Alergénios:</u> sulfitos,   | -----           |

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações de última hora

Ementas elaboradas com base na Circular n.º3/DSEAS/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 – 08/09/2016