



## EMENTA DE 13 A 18 DE MARÇO DE 2017\_JANTARES

Dia	Sopa	Segundo prato	Acompanhamento	Fruta/Sobremesa
Segunda-feira - 13 de março	Sopa de nabiça	Lombo assado no forno com cebola	Esparguete Salada de alface e tomate	Banana
Terça- feira 14 de março	Creme de couve-flor	Pastéis de bacalhau	Salada russa Salada de alface e couve-roxa	Laranja
Quarta-feira 15 de março	Creme courgette	Bacalhau com natas	Salada de alface e cenoura	Banana
Quinta-feira 16 de março	Sopa do cozido com massinha cotovelo	Filetes de maruca estufadas	Puré de batata Salada de alface, tomate e cebola	Maçã
Sexta-feira 17 de março	Sopa de grão com hortaliça	Peru estufado com feijão-verde e courgette	Esparguete Salada de alface e cenoura ralada	Pera
Sábado 18 de março	Sopa de agrião	Empadão de arroz de vitela no forno	Salada de alface e tomate	Pêssego em calda/Maçã

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) – 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

DASSE/E – 03/03/2017

