

25 a 29 de março de 2024

EMENTA SEMANAL 7

Sopa: Alho-francês¹²
Prato: Solha frita com batata cozida feijão-frade, tomate e cenoura^{1,3,4,5,12}

2ª Feira

Dieta Vegetariana: Hambúrguer de feijão preto com batata cozida e salada de alface, tomate e cebola^{1,5,6,8,11,12}
Sobremesa: Fruta da época

Sopa: Couve-flor¹²
Prato: Arroz de aves e macedónia salteada¹²

3ª Feira

Dieta Vegetariana: Bifes de tofu com arroz branco e macedónia cozida^{1,6,12}
Sobremesa: Fruta da época

Sopa: Feijão-manteiga¹²
Prato: Empadão de peixe com brócolos, couve-flor e cenoura cozida^{3,4,7,12}

4ª Feira

Dieta Vegetariana: Empadão de soja com brócolos e cenoura cozida^{1,6,7,11,12}
Sobremesa: Fruta da época

5ª Feira

Interrupção letiva

6ª Feira

Interrupção letiva

NOTAS: A ementa pode sofrer **alterações com aviso prévio** e pode conter os seguintes **alergénios ou vestígios de alergénios:**

- 1) Cereais que contêm glúten 2) Crustáceos 3) Ovos 4) Peixe 5) Amendoins 6) Soja 7) Leite 8) Frutos de casca rija 9) Aipos
10) Mostarda 11) Sementes de sésamo 12) Sulfitos 13) Tremeços 14) Moluscos

A Nutricionista,

Ana Cláudia Ferreira

(Ana Cláudia Ferreira, 2070N)