



EMENTA SEMANAL

14 a 18 julho

		ALMOÇO
Segunda-feira	Sopa	Canja de galinha ^{3,12}
	Geral	Solha^{1,4,12} no forno com arroz de legumes
	Legumes	Alface
	Sobremesa	Fruta da época
Terça-feira	Sopa	Couve-lombarda e courgette
	Geral	Massa à lavrador^{1,3,12}
	Legumes	Couve portuguesa e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa	Brócolos
	Geral	Paloco à brás^{3,4}
	Legumes	Alface e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa	
	Geral	FERIADO MUNICIPAL
	Legumes	
	Sobremesa	
Sexta-feira	Sopa	Creme de ervilhas
	Geral	Abrótea cozida com batata cozida^{3,4,12}
	Legumes	Brócolos e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época

Nota: A ementa está sujeita a alterações sendo os utentes/clientes previamente avisados, sempre que possível.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: **1 - Cereais que contêm glúten, 2 - Crustáceos, 3 - Ovos, 4 - Peixes, 5 - Amendoins, 6 - Soja, 7 - Leite, 8 - Frutos de casca rija, 9 - Aipo, 10 - Mostarda, 11 - Sementes de sésamo, 12 - Dióxido de enxofre e sulfitos, 13 - Tremoço, 14 - Moluscos.** Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas

Para informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.

Nutricionista : Ana Luísa Melo | 5927N

Dia	Ementa alternativa