



## EMENTA SEMANAL

De 02 a 06 de dezembro de 2024



		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>A L M O Ç O</b>	<b>Sopa</b>	Cenoura e grão de bico <sup>9,12</sup>	Caldo verde <sup>9,12</sup>	Couve portuguesa e feijão castanho <sup>9,12</sup>	Brócolos <sup>12</sup>	Creme Espinafres <sup>9,12</sup>
	<b>Prato Principal</b>	<b>Douradinhos no forno com arroz de tomate</b> <sup>1,3,4,6,7</sup>	<b>Perna de frango assada com espirais</b> <sup>1,3,6,12</sup>	<b>Peixe Bacalhau cozido com batata cozida</b> <sup>4</sup>	<b>Rojões estufados com arroz de cenoura</b> <sup>12</sup>	<b>Salada russa (atum, ervilhas, batata e ovo picado)</b> <sup>3,4</sup>
	<b>Prato Vegetariano</b>	<b>Arroz de ervilhas com tomate</b> <sup>11,12</sup>	<b>Estufado de soja com espirais</b> <sup>1,6,12</sup>	<b>Salada de grão de bico e batata</b> <sup>12</sup>	<b>Arroz de cenoura com feijão branco estufado</b> <sup>1,12</sup>	<b>Salada Russa</b> <sup>12</sup>
	<b>Hortícolas</b>	Alface e pepino	Alface, beterraba e cenoura	Brócolos e cenoura <sup>12</sup>	Alface e tomate	Macedónia (ervilhas, feijão verde e cenoura) <sup>12</sup>
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	Fruta da época	Mousse de chocolate e fruta da época <sup>1,3,7</sup>	Fruta da época	Fruta da época

**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) Crustáceo 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) Moluscos 14) Tremeços

A ementa pode sofrer alterações imprevistas.

Nutricionista: Ana Cláudia Ferreira  
Ana Cláudia Ferreira (CP 2070N)