



EMENTA SEMANAL
De 28 de outubro a 1 de novembro de 2024



		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
A L M O Ç O	Sopa	Grão-de-bico com couve	Creme de Legumes	Brócolos ^{9,12}	Cenoura e ervilhas ^{9,12}	FERIADO
	Prato Principal	Hamburguer de aves com espirais ^{1,2,3,4,6,7,10,11,12}	Filete de pescada frito com salada de feijão frade ^{1,3,4,7}	Perú estufado com massa cotovelo ^{1,3,6,12}	Peixe bacalhau cozido com batata cozida ^{4,12}	
	Prato vegetariano	Estufado de courgette e ervilhas com espirais ^{1,12}	Salada de feijão frade com batata ¹²	Soja estufada com massa cotovelo ^{1,6}	Salada de batata, grão de bico e cenoura ¹²	
	Hortícolas	Alface, cebola e cenoura ralada	Tomate e cebola	Alface, pimento e rabanete	Brócolos e cenoura ¹²	
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	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) Tremoços

A ementa pode sofrer alterações imprevistas.

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