

EMENTA SEMANAL

J. I. / 1.º Ciclo



22 A 26 JUNHO



2ª Feira	Sopa	Legumes		
	Prato	Hamburguer de vitela com arroz de legumes		
	Salada/Legumes	Salada mista (alface, tomate)		
	Sobremesa	Fruta da época (dependendo fruta as Kcal são dadas em média)		

3ª Feira	Sopa	Espinafres		
	Prato	Salada russa de atum		
	Salada/Legumes	Incluído no prato		
	Sobremesa	Gelatina		

4ª Feira	Sopa	Feijão verde		
	Prato	Carne porco estufada ao natural com batata assada		
	Salada/Legumes	Salada mista		
	Sobremesa	Fruta da época (dependendo fruta as Kcal são dadas em média)		

5ª Feira	Sopa	Juliana		
	Prato	Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate		
	Salada/Legumes	Cenoura ralada		
	Sobremesa	Pudim		

6ª Feira	Sopa	Cenoura		
	Prato	Massada de frango (massa, frango, cenoura e cogumelos)		
	Salada/Legumes	Salada mista		
	Sobremesa	Fruta da época (dependendo fruta as Kcal são dadas em média)		

Diariamente disponível: Pão de Mistura e Água

Observações:

☑ Ementa Sujeita a alteração sem aviso prévio e realizada conforme circular n.º 3/DSEEAS/DGE/2013

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 rijas; 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.

Qualquer informação que deseje sobre alérgenos, consulte um funcionário do serviço de alimentação

A técnica superior
Dr.ª Ana Sofia Rebelo