

EMENTA



Semana de 19 a 23 de janeiro

Almoço	
Segunda-feira	Sopa: Sopa de feijão-verde (Batata, cenoura, courgette, nabo) Prato: Almôndegas de vitela com massa espiral e salada de tomate e alface ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾⁽¹²⁾ Sobremesa: Fruta da época
Terça-feira	Sopa: Sopa de cenoura com massinha (Batata, abóbora, courgette, cenoura) ⁽¹⁾ Prato: Arroz de atum e salada de alface, tomate e pepino ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
Quarta-feira	Sopa: Sopa Juliana (batata, cenoura, cebola, couve-lombarda) Prato: Massa com legumes salteados e salada de alface e tomate Sobremesa: Fruta da época
Quinta-feira	Sopa: Sopa de feijão encarnado (Batata, cenoura, cebola, curgete, alho, feijão encarnado) Prato: Bifinhos de frango panados com arroz branco e salada de alface, tomate e milho ⁽⁷⁾⁽¹⁾ Sobremesa: Fruta da época / Leite Creme
Sexta-feira	Sopa: Sopa de espinafres (Batata, espinafres, cebola, cenoura) Prato: Caldeirada de choco com salada de tomate, pepino e alface ^{(2) (4) (14)} Sobremesa: Fruta da época

Observações: esta ementa está sujeita a alterações.

A água deve ser a única bebida presente nas refeições.

Alergénios: 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 e 14-Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.