

Ementa Semanal

6 a 12 de Maio de 2024

Almoço

Jantar

Segunda-feira

Sopa de Feijão verde
Omolete de cogumelos c/ arroz branco e salada de alface, pepino e milho ^{3,5,6,12}
Fruta da Época

Sopa de Repolho
Abrótea cozida, batatas cozidas e brócolos c/ cenoura cozidas ⁴
Fruta da época

Terça Feira

Sopa Juliana
Bacalhau à brás c/ salada de alface e cenoura ^{3,4}
Fruta da Época

Sopa de Courgette
Bifanas estufadas c/ esparguete cozido e feijão verde cozido
Fruta da Época

Quarta-feira

Sopa de Brócolos
Carne de vaca estufada (cebola, tomate, beringela) e massa de laços estufada ¹
Fruta da Época

Sopa de C. Portuguesa e feijão vermelho¹²
Caril de lulas e arroz branco c/ repolho salteado ¹⁴
Fruta da Época

Quinta-feira

Sopa de Espinafres
Salada de feijão frade, batata cozida e atum c/ tomate e pepino ^{4,12}
Fruta da Época

Sopa de Alface
Arroz de aves gratinado e Salada de alface e cenoura
Fruta da Época

Sexta-feira

Sopa de Abóbora e c. flor
Carne de porco à Alentejana c/ Salada de alface e cenoura ¹⁴
Pudim ^{1,3,7}

Sopa de lentilhas ¹²
Massada de perca (cenoura, alho francês) e salada de alface ^{1,4}
Fruta da Época

Sábado

Sopa de Nabo
Arroz do mar c/ Salada de alface e tomate ^{4,14}
Fruta da Época

Sopa de Cenoura
Almôndegas estufadas (cebola, cenoura) c/ puré de batata e Salada de pepino
Fruta da Época

Domingo

Sopa de C. coração
Massada de frango (cebola, cenoura, tomate) e brócolos cozidos ¹
Fruta da Época

Sopa de Alho francês
Filetes de pescada no forno c/ arroz de tomate e salada de alface ^{1,3,4,5,6,12}
Fruta da Época

ALÉRGENIOS : 1) 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/Sulfitos 13) Tremeços 14) Moluscos

Observações: Por imposição de mercado, a ementa poderá ser sujeita a alterações.

